



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
«КЕРЧЕНСКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»  
(ГБОУРК «Керченская специальная школа-интернат»)

### РАССМОТРЕНА

на заседании методического  
объединения классных  
руководителей  
от 23.08.2024 г. №1

### ПРИНЯТА

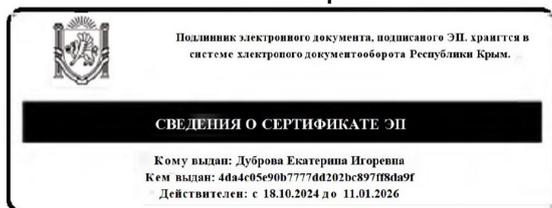
на заседании педагогического  
совета  
протокол от 26.08.2024 г. №1

### СОГЛАСОВАНА

заместителем директора по  
воспитательной работе

### УТВЕРЖДЕНА

приказом ГБОУРК  
«Керченская специальная школа  
интернат»  
28.08.2024 г. №304-о



АДАптированная дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«ШКОЛЬНЫЙ СПОРТИВНЫЙ КЛУБ «ПОВЕРЬ В СЕБЯ»  
НА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

Направленность – физкультурно-спортивная

Срок реализации программы - 1 год

Тип программы - общеразвивающая

Вид программы - модифицированная

Уровень – начальный

Возраст обучающихся 7-16 лет

Составитель: Аблязимов Э.Д.

педагог дополнительного образования

г. Керчь,  
2024 г.

## 1. Пояснительная записка

Адаптивная физическая культура — это подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребностей лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, укрепления здоровья, личностного развития, самореализации и интеграции в общество. Работа с детьми, отнесенными к данной категории, в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности имеет свои особенности и требует особого подхода.

Дополнительная адаптированная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и детей инвалидов разработана в соответствии с нормативными документами:

-Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);

-Федеральным законом Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07.2020);

-Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

-Указом Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

-Национальным проектом «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 №216);

-Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. 996-р;

-Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р;

-Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

-Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказом Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

-Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

-Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

-Письмом Министерства образования и науки РФ от 29.03.16 № ВК- 641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

-Письмом Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 № ТС - 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

-Об образовании в Республике Крым: законом Республики Крым от 06.07.2015 № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 10.09.2019).

-Методическими рекомендациями для педагогических работников и руководителей образовательных организаций Республики Крым, реализующих дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы различной направленности «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», Симферополь, ГБОУДПО РК КРИППО, 2021;

-Приказом Министерства образования, науки и молодёжи РК от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

-Устав ГБОУРК «Керченская специальная школа-интернат».

-Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

**1.1 Направленность** программы школьного спортивного клуба «Поверь в себя» - физкультурно-спортивная.

**1.2 Актуальность** программы в приобщении обучающихся к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

### **1.3 Отличительные особенности, новизна программы**

Отличительной особенностью Программы является коррекционно- развивающая направленность педагогических воздействий, которые должны не только выравнивать, сглаживать ослабленные физические и психические недостатки обучающихся, но и активно развивать их познавательную деятельность, психические процессы, воспитывать физические способности и нравственные качества.

В основе реализации Программы лежит концентрическая форма обучения, предполагающая изучение одного материала в течение каждого учебного года на более высоком уровне.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться игровыми видами спорта тем детям, которые еще не научились должным образом техникой владения мячом в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

### **1.4 Адресат программы**

Программа рассчитана на детей с обучающиеся с ОВЗ из числа мальчиков и девочек, в возрасте от 10 до 17 лет. Занятия посещают обучающиеся основной и подготовительной группы, получившие разрешение (допуск) лечащего врача к занятиям адаптивной физической культурой. Обучающиеся подготовительной группы выполняют нагрузку на 20-30% меньше от основной группы.

### **Характеристика возрастных особенностей детей и подростков**

У всех детей с диагнозом: умственная отсталость (интеллектуальные нарушения), недостаточно развита перцептивная (сенсорная) сфера, вследствие этого они испытывают значительные трудности в усвоении учебного материала.

У детей также отмечается скованность, неполный объём движений, нарушение их произвольности, недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации. На занятиях дети быстро устают, отличаются пониженной работоспособностью.

Все психические процессы развиты слабо. Внимание непроизвольное, крайне рассеянное, неустойчивое. Нарушена как логическая, так и механическая память. Мышление как самостоятельный процесс отсутствует, оно опирается на восприятие и включение в него. Экспрессивная речь: могут издавать лишь отдельные звуки.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у воспитанников с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Необходимо отметить, что дети этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике уроков адаптивной физической культуры. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

### 1.5 Объем и срок освоения программы

Программа реализуется в объеме 306 часов (102 часа в год, 34 учебные недели в год). Программа рассчитана на 1год и предполагает среднюю сложность предлагаемого материала для освоения содержания.

Уровень обучения	Год обучения	Количество учащихся в группе	Количество часов в неделю	Объем программы	Возраст учащихся
стартовый	1 год	10 человек	3 часов	102 часа	10-11лет
стартовый	2 год	10 человек	3 часов	102 часа	12-13лет
стартовый	3 год	10 человек	3 часов	102 часа	14-17лет

### 1.6 Форма и режим занятий

Основными видами организации занятий являются: - групповые, практические, тренировочные занятия;

- групповые теоретические;

- просмотр обучающего видео контента;

- открытые занятия, участие в различных спортивно-массовых мероприятиях и соревнованиях.

При обучении применяются упражнения, эстафеты, спортивные игры, в которых активно участвуют все занимающиеся. Обучаемые, кроме того, выполняют задания преподавателя по самостоятельному повышению уровня своей физической подготовленности и совершенствованию в отдельных элементах техники.

Занятия проводятся согласно расписанию, 3 академических часа в неделю, продолжительностью 40минут, на одно занятие отводится 60 минут (1.5 часа).

### 1.7 Особенности организации образовательного процесса

Состав группы – до 15 человек (могут заниматься обучающиеся разного возраста). В учебные группы зачисляются все желающие по заявлению родителя (законного представителя) и личному заявлению обучающегося по достижению 14-летнего возраста.

Обучающиеся должны иметь письменное разрешение от родителей, допуск врача с указанием диагноза, сопутствующих заболеваний, рекомендации относительно ограничений выполнения каких-либо физических упражнений.

Состав группы может меняться на протяжении учебного года в зависимости от состояния здоровья, поставленных целей.

Обучающиеся на спортивной базе, где важен строго установленный порядок и отсутствие каких-либо лишних предметов. Спортивный инвентарь, которым пользуются обучающиеся должен всегда находиться в определенном месте.

Программа реализуется на основе сетевого взаимодействия организаций, вносящий свой вклад в становлении личности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья:

- детско-юношеская спортивная школа предоставляет тренера-преподавателя, имеющего образование, позволяющее работать с детьми данной категории; осуществляет образовательный процесс; организует участие обучающихся в соревнованиях по видам спорта;
- специальная (коррекционная) образовательная организация, предоставляет спортивный зал, специальное оборудование, инвентарь, осуществляет медицинский контроль и психолого-педагогическое наблюдение.

При реализации Программы большое значение имеет работа с родителями по созданию в семье условий для занятий физической культурой и спортом. Для детей данной категории особенно важна поддержка родителей. Спортивные мероприятия, соревнования, которые проходят вместе с родителями побуждают детей к контактам с другими людьми, снимаются нервные стрессы. Новые эмоции, ощущения, полученные в общении с родителями, должны нуждаться в постоянной поддержке в семье.

## 2. Цель и задачи программы

**Цель:** формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи:**

**Обучающие** – формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;

- обучение основам техники различных игровых видов спорта, формирование двигательной деятельности;

- привить устойчивый интерес детей к занятиям направленных на формирование жизненных компетенций;

**Развивающие** – формирование знаний умений и навыков в овладении новыми движениями с повышенной координационной сложностью;

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

**Воспитывающие** - пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;

- популяризация спортивных и подвижных игр как видов спорта и активного отдыха;

- воспитание моральных и волевых кач

### 2.1 Воспитательный потенциал Программы

Для решения реальных проблем сообщества страны, учащиеся привлекаются к получению знаний, через включение в коллективные общественно полезные практики и мероприятия.

Ежегодно обучающиеся принимают участие в неделе физической культуры и спорта, в соревнованиях по видам спорта внутришкольной спартакиады, спортивно-музыкальных праздниках, приуроченных знаменательным датам.

## 3. Учебный план

№ п	Наименование раздела	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Футбол	1	23	24	Педагогическое наблюдение, соревнования
2	Баскетбол	1	23	24	Педагогическое наблюдение, соревнования
3	Волейбол	1	23	24	Педагогическое наблюдение, соревнования

4	Настольный теннис	1	14	15	Педагогическое наблюдение, соревнования
5	Бадминтон	1	14	15	Педагогическое наблюдение, соревнования
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>97</b>	<b>102</b>	<b>5</b>

### 3.1 Календарный учебный график

Календарный учебный график построен, исходя из следующего:

- ✓ начало учебного года – 02.09.2024г, конец учебного года –26.05.2024г;
- ✓ начало учебных занятий не ранее 15.00 часов, окончание – не позднее 16.10 часов;

Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь			декабрь				январь			февраль				март				апрель				май			
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
Кол-во часов																																		
Аттестация Формы контроля	Входная диагностика															Промежуточная диагностика, аттестация								Итоговая диагностика, аттестация										
Всего часов 102	12				12				9			12				9			12				12				12							

#### 4. Содержание учебного материала

##### **Раздел-1. Футбол - 24 часа.**

**Теория:** (1 час) Вводный инструктаж. Правила техники безопасности во время занятий игровыми видами спорта.

История возникновения и развития спортивной игры футбол.

**Практика:** (23 часа) Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение, соревнования.

##### **Раздел 2. Баскетбол - 24 часа.**

**Теория:** (1 час) Инструктаж ТБ. История возникновения и развития спортивной игры баскетбол. Правила игры. Жесты судьи

**Практика:** (23 часа) Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение, соревнования.

##### **Раздел 3. Волейбол - 24 часа.**

**Теория:** (1 час) Инструктаж ТБ. История возникновения и развития спортивной игры волейбол. Правила игры. Жесты судьи.

**Практика:** (23 часа) Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение, соревнования.

##### **Раздел 4. Настольный теннис - 15 часов.**

**Теория:** (1 час) Инструктаж ТБ. История возникновения и развития настольного тенниса. Правила игры.

**Практика:** (14 часов) Техника перемещения, Правильная хватка ракетки. Основы техники и тактики игры. Упражнения с мячом и ракеткой. Изучение подач. Техника ударов «накат» справа и слева. Тактика нападения и защиты. Учебная игра

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение, соревнования.

##### **Раздел 5. Бадминтон - 15 часов.**

**Теория:** (1 час) Инструктаж ТБ. История возникновения и развития бадминтона. Правила игры.

**Практика:** (14 часов) Техника перемещения. Правильная хватка ракетки, способы игры. Основы техники и тактики игры. Упражнения с воланом и ракеткой. Поддачи. Удары фронтальные, не фронтальные, открытой и закрытой стороной ракетки. Тактика одиночной, парной, смешанной (микст) игры. Учебная игра.

**Формы контроля:** педагогическое наблюдение, соревнования.

#### **Коррекционно-педагогическая работа с детьми с ОВЗ**

Общие направления коррекционно-педагогической работы с детьми с ОВЗ:

- Уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- Адаптированные сложные упражнения на более легкие;

- Исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;
- Формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- Наблюдение за состоянием ребенка во время занятий;
- Мотивация на улучшение результатов (похвала);
- Релаксация во время занятия;
- Оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- Предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

### **5. Участие в соревнованиях**

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья могут выступать в соревнованиях городского и республиканского уровня после одного года обучения по Программе, при условии прироста показателей физического развития, сформированности двигательных умений и навыков в тех видах спорта, по которым осуществлялась подготовка. Для участия в соревнованиях по шашкам или шахматам обучающиеся должны владеть в полном объеме теоретической и практической подготовкой.

### **6. Контрольные испытания**

Для спортивно-оздоровительных групп нет контрольно-переводных нормативов. Основными критериями оценки обучающихся является регулярность посещения тренировок, положительная динамика развития физических качеств обучающихся, уровень освоения теоретических знаний и умений по основам физической культуры и спорта, гигиены и самоконтроля, отсутствие медицинских противопоказаний для тренировок.

При определении степени достижения ожидаемых результатов используются методы:

- *наблюдение* за динамикой развития личностных качеств, прироста показателей физического развития;
- *собеседования*, позволяющие определить проблемы у обучающегося в усвоении нового материала;
- *тестирования*, который используется для определения уровня сформированности основ знаний теории и методики физического воспитания, уровня физического развития, в том числе физической подготовленности.

### **7. Медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль**

Специфика работы, выполняемой в экстремальных условиях, предусматривает огромные, для обучающихся с ОВЗ, физические нагрузки на фоне психоэмоционального напряжения. Что приводит к повышенной утомляемости и снижению работоспособности. Как следствие – увеличение количества травм.

В целях контроля за состоянием обучающегося необходим систематический медицинский контроль, соблюдение техники безопасности, применение оздоровительных технологий.

Во время занятий тренер-преподаватель вместе с детьми должны использовать технологии самоконтроля (замер ЧСС, частоты дыхания) и наблюдения (по внешним признакам: снижение работоспособности, повышенная потливость, покраснение кожных покровов).

Одним из составляющих средств восстановления используются дыхательные технологии, стретчинг, упражнения на расслабление, психолого-педагогические технологии здоровья сбережения, способствующие снятию эмоционального напряжения, введение в ход занятия познавательного материала, имеющего нравственный контекст, позволяющий не только снять эмоциональное напряжение, но и расширить кругозор обучающихся.

### **8. Планируемые результаты**

**К концу года обучающиеся продемонстрируют следующие результаты.**

*Обучающиеся.* Обучающиеся будут:

- знать основы техники различных игровых по видам спорта;
- получат навыки двигательной деятельности во владении с мячом;

-проявлять устойчивый интерес к занятиям направленных на формирование жизненных компетенций;

*Развивающие.* У обучающихся будет:

-сформировано умение и навыки в овладении новыми движениями с повышенной координационной сложностью;

- развито умение использовать физические способности (силу, быстроту, выносливость, гибкость);

-сформированы навыки самостоятельной работы.

*Воспитательные.* У обучающихся будет:

-сформированы навыки здорового образа жизни;

-сформированы такие черты как настойчивость, трудолюбие, целеустремленность, воля к победе;

-развита мотивация к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

К концу учебного года обучающиеся **будут знать:**

- историю развития игровых видов спорта и воздействие их на организм человека;

- значение здорового образа жизни;

- правила техники безопасности;

- правила игры, терминологию игры, жесты судьи;

- технику изученных приемов и тактику, индивидуальных и коллективных действий.

К концу учебного года обучающиеся **будут уметь:**

- технически правильно осуществлять двигательные действия;

- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- применять в игре изученные тактические действия и приемы;

- соблюдают правила игры, осуществляют соревновательную деятельность.

## 9. Материально-техническое обеспечение реализации Программы

Реализация программы осуществляется с использованием спортивного инвентаря и оборудования:

- **Комплексная спортивная площадка;**

Оснащена:

- волейбольной площадкой,

- баскетбольной площадкой,

- площадкой для мини-футбола,

- тренажерной площадкой.

- **Спортивный зал;**

Оснащен необходимым оборудованием:

- кольца баскетбольные с щитами -2шт,

- мячи баскетбольные-6шт,

- сетка волейбольная -2шт,

- мячи волейбольные -6шт,

- сетки для ворот -2шт,

- мячи футбольные -6шт,

- стол теннисный -2шт,

- ракетки теннисные- 4 пары,

- ракетки бадминтонные- 4пары,

- фишки для обводки -12шт,

- насос ручной со штуцером-2шт.

- **Тренажерный зал.**

Оснащен необходимым оборудованием:

- беговая дорожка-1шт,
- орбитрек-1шт,
- велотренажер-1шт,
- доска Евминова-1шт,
- станок для прессы-1шт,
- атлетический стан-1шт,
- спиногиб-1шт,
- гимнастические маты-6шт,
- обручи металлические, пластиковые(малые, большие) -30шт,
- гимнастические палки-10шт,
- гантели 3кг-2шт,
- гантели 4кг-2шт,
- гимнастическая стенка из 3 отсеков- 1шт.

### 10. Информационное обеспечение программы

При реализации программы используются электронные и цифровые дидактические материалы, (Видеоматериалы по технике игровых видов спорта).

1. [world-sport.org](http://world-sport.org) Техника игры в баскетбол.
2. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/) Баскетбол: история, правила, инвентарь, площадка.
3. [world-sport.org](http://world-sport.org) Техника игры в волейбол.
4. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/volleybol/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/volleybol/) Волейбол: описание, история возникновения, правила.
5. [world-sport.org](http://world-sport.org) Техника игры в футбол.
6. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/ football/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/football/) Футбол: описание, история возникновения, правила игры.
7. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/nastolnyj-tennis/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/nastolnyj-tennis/) Настольный теннис: описание, история, правила.
8. [ru.sport-wiki.org](http://ru.sport-wiki.org) Бадминтон: история, правила, инвентарь и площадка.

### 11. Кадровое обеспечение программы

Реализация Программы может осуществляться педагогом дополнительного образования или тренером-преподавателем в соответствии с требованиями профессионального стандарта «педагог дополнительного образования», имеющего профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, постоянно повышающим уровень профессионального мастерства через курсовую подготовку, проведение мастер-классов, участия в конкурсах профессионального мастерства.

Программу реализует педагог дополнительного образования Аблязимов Э.Д., педагогический стаж работы – 33 года.

### 12. Методическое обеспечение.

#### Особенности организации образовательного процесса.

Обучение по Программе происходит в очном формате.

#### Используемые педагогические технологии:

- технология индивидуализации обучения, технология группового обучения,
- технология дифференцированного обучения,
- здоровьесберегающие технологии в игровых видах спорта.

#### Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:

- словесные методы (беседа, объяснение последовательности работы);
- наглядные методы (педагогический показ);

- практические методы (техника выполнения упражнения);
- игровой (учебная игра с изучением правил игры).

**Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:**

- объяснительно - иллюстративные (обучающиеся усваивают и воспроизводят готовую информацию);

- репродуктивные (обучающиеся воспроизводят полученные знания).

**Методы воспитания:**

- поощрение (устное похвала, грамоты);
- мотивация (настрой обучающегося на достижение цели).

**Формы обучения и виды занятий.**

- открытое учебно-тренировочное занятие;
- соревнование по видам спорта.
- беседа и др.

**Педагогические технологии.**

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения

### 13. Алгоритм учебного занятия

Основной формой организации образовательного процесса в программе является *учебное занятие*. Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

- приветствие, проверка присутствия обучающихся;
- объявление темы и цели занятия;
- повторение правил техники безопасности, правил поведения на занятии;
- повторение пройденного материала;
- объяснение нового материала;
- опрос по усвоению нового материала;
- практическая работа;
- подведение итогов занятия;
- уборка рабочих мест.

Реализация программы предполагает активное включение обучающихся в учебный процесс. В целях оптимизации занятий используются дидактические электронные и цифровые образовательные ресурсы, включающие в себя видеоматериалы по игровым видам спорта, инструкции по ТБ, задания, упражнения, материалы познавательного, профилактического и здоровьесберегающего характера.

### 14. Формы аттестации и контроля

**Формы контроля:** входной, текущий и итоговый контроль.

Контроль усвоения учебного материала, умений и навыков проходит в течение всего периода обучения.

**Входной контроль** – проводится при наборе, в виде собеседования, где изучаются отношения обучающегося к выбранной деятельности, его способности в этой области, личные качества ребенка.

**Формы текущего и промежуточного контроля:** открытые занятия, соревнования по видам спорта.

**Формы итогового контроля:** итоговое занятие, соревнования внутришкольной спартакиады.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.**

По окончании обучения, на основе данных Диагностической карты оценки ЗУН обучающихся, педагог составляет аналитическую справку, в которой отражает уровень освоения обучающимися Программы. Так же подтверждением успешной реализации Программы являются грамоты, дипломы, протоколы соревнований, отзывы детей и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.**

Успешной реализации Программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: открытые занятия, соревнования по видам спорта, спортивно-музыкальные мероприятия приуроченные к знаменательным датам.

## 15. Используемая литература

### Литература для педагогов:

1. Астафьев Н.В., Самыличев А.С. Концепция дополнительного физкультурного образования умственно отсталых школьников. - Омск: СибГАФК, 1997.
2. Горская И. Ю., Синельникова Т. В. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта: Учебное пособие. - Омск, СибГАФК, 1999.
3. Дмитриев А. А. Организация двигательной активности умственно отсталых детей // Пособие. - М.: Советский спорт, 1991.
4. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2002.
5. Козленко Н. А. Физическое воспитание в системе коррекционно-воспитательной работы вспомогательной школы // Дефектология, 1991, № 2.

### Литература для детей и родителей:

1. Ловейко И.Д. Формирование осанки у школьников. - М., 1982.
2. Баршай В.М. Активные игры для детей. – М., 2001
3. Баршай В.М. Физкультура в школе и дома. – М., 2001
4. Воликова Т.В. Режим дня в жизни школьников. – М., 1979

### Интернет – источники:

1. [world-sport.org](http://world-sport.org) Техника игры в баскетбол.
2. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/basketbol/) Баскетбол: история, правила, инвентарь, площадка.
3. [world-sport.org](http://world-sport.org) Техника игры в волейбол.
4. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/volleybol/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/volleybol/) Волейбол: описание, история возникновения, правила.
5. [world-sport.org](http://world-sport.org) Техника игры в футбол.
6. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/football/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/football/) Футбол: описание, история возникновения, правила игры.
7. [ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/nastolnyj-tennis/](http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/nastolnyj-tennis/) Настольный теннис: описание, история, правила.
8. [ru.sport-wiki.org](http://ru.sport-wiki.org) Бадминтон: история, правила, инвентарь и площадка.

**Диагностическая карта оценки ЗУН обучающихся по Программе ДО Школьного спортивного клуба «Поверь в себя».**

п/	ФИО обучающихся	Знания. Умения. Навыки										ИТОГО
		Знания по основам техники различных игровых видов спорта	Навыки двигательной деятельности во владении с мячом;	Проявление устойчивого интереса к занятиям направленным на формирование жизненных компетенций	Сформированы умения и навыки в овладении новыми движениями с повышенной координационной сложностью	Умение использовать физические способности (силу, быстроту, выносливость, гибкость)	Сформированы навыки самостоятельной работы	Сформированы навыки здорового образа жизни	Сформированы такие черты как настойчивость, трудолюбие, целеустремленность, воля к победе.	Развита мотивация к систематическим занятиям физкультурой и спортом.	Сформированность ЗУН каждого обучающегося в баллах	
	<b>ИТОГО</b> сформированность ЗУН группы в %											

Педагог ДО \_\_\_\_\_ Аблязимов Э.Д.

ЗУН по каждому параметру оцениваются по 10 бальной системе, методом наблюдения.

Диагностика проводится не менее трёх раз в год – входная (сентябрь), промежуточная (январь, февраль), итоговая (май).

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Название объединения: *Школьный спортивный клуб «Поверь в себя»*; группа № 1 (мальчики)

№ п/п	Наименование темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Примечание
			По плану	По факту	
<b>Футбол – 12 ч</b>					
1	Вводный инструктаж по Т/б. История возникновения футбола. Правила игры. Техника передвижения. Остановка мяча, вбрасывание. Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы на разных расстояниях. Удары по мячу. Учебная игра.	1.5	03.09		
2	Техника передвижения. Остановка мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии. Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы на разных расстояниях. Удары по мячу.	1.5	05.09		
3	Ведение мяча попеременно правой левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	10.09		
4	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	12.09		
5	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	17.09		
6	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Техника игры вратаря.	1.5	19.09		
7	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Учебная игра.	1.5	24.09		
8	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Учебная игра.	1.5	26.09		
<b>Баскетбол- 24 ч</b>					
9	Инструктаж по Т/б. История возникновения баскетбола. Правила игры. Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	01.10		
10	Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	03.10		
11	Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	08.10		
12	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения.	1.5	10.10		
13	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения.	1.5	15.10		
14	Ведение попеременно правой, левой рукой, приставным правым, левым боком, спиной	1.5	17.10		
15	Ведение попеременно правой, левой рукой, приставным правым, левым боком, спиной	1.5	22.10		
16	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	24.10		
17	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	05.11		

18	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	07.11		
19	Ведение два шага бросок в кольцо с правой и левой стороны нападения на кольцо.	1.5	12.11		
20	Ведение два шага бросок в кольцо с правой и левой стороны нападения на кольцо	1.5	14.11		
21	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	19.11		
22	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	21.11		
23	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	26.11		
24	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	28.11		
<b>Волейбол – 24 ч</b>					
25	Инструктаж по Т/Б. История возникновения волейбола. Правила игры. Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.	1.5	03.12		
26	Действия с мячом. Перемещения и стойки игроков. Передача мяча двумя руками сверху в парах.	1.5	05.12		
27	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача на точность. Встречная передача	1.5	10.12		
28	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача на точность. Встречная передача	1.5	12.12		
29	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	1.5	17.12		
30	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	1.5	19.12		
31	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	24.12		
32	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	26.12		
33	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	14.01		
34	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	16.01		
35	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	21.01		
36	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	23.01		
37	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	28.01		
38	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	30.01		
39	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	04.02		
40	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	06.02		
<b>Настольный теннис – 15 ч</b>					
41	Инструктаж по Т/б. История возникновения игры. Правила игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	11.02		
42	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	13.02		
43	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	18.02		

44	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подачи.	1.5	20.02		
45	Техника ударов «накат» справа и слева.	1.5	25.02		
46	Техника ударов «накат» справа и слева.	1.5	27.02		
47	Техника ударов «накат» справа и слева. Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	04.03		
48	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	06.03		
49	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	11.03		
50	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	13.03		
<b>Бадминтон – 15 ч</b>					
51	Инструктаж по Т/б. Правила игры. Влияние занятий бадминтоном на формирование положительных качеств личности. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	20.03		
52	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	25.03		
53	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Изучение подачи.	1.5	27.03		
54	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Изучение подачи.	1.5	08.04		
55	Удары фронтальные, не фронтальные. Открытой и закрытой стороной ракетки.	1.5	10.04		
56	Удары фронтальные, не фронтальные. Открытой и закрытой стороной ракетки.	1.5	15.04		
57	Тактика одиночной игры. Учебная игра по правилам.	1.5	17.04		
58	Тактика парной игры. Учебная игра по правилам.	1.5	22.04		
59	Тактика смешанной игры (микст). Учебная игра по правилам.	1.5	24.04		
60	Тактика смешанной игры (микст). Учебная игра по правилам.	1.5	29.04		
<b>Футбол – 12 ч</b>					
61	Инструктаж по Т/б. История возникновения футбола. Правила игры. Техника передвижений. Остановка мяча, вбрасывание. Передача мяча внутренней стороной стопы. Удары по мячу.	1.5	06.05		
62	Ведение мяча попеременно правой, левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	08.05		
63	Ведение мяча попеременно правой левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	13.05		
64	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	15.05		
65	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	20.05		
66	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Техника игры вратаря.	1.5	22.05		



**Название объединения: Школьный спортивный клуб «Поверь в себя»; группа № 2 (мальчики)**

№ п/п	Наименование темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Примечания
			По плану	По факту	
<b>Футбол – 12 ч</b>					
1	Вводный инструктаж по Т/б. История возникновения футбола. Правила игры. Техника передвижения. Остановка мяча, вбрасывание. Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы на разных расстояниях. Удары по мячу. Учебная игра.	1.5	04.09		
2	Техника передвижения. Остановка мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии. Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы на разных расстояниях. Удары по мячу.	1.5	06.09		
3	Ведение мяча попеременно правой левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	11.09		
4	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	13.09		
5	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	18.09		
6	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Техника игры вратаря.	1.5	20.09		
7	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Учебная игра.	1.5	25.09		
8	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Учебная игра.	1.5	27.09		
<b>Баскетбол- 24 ч</b>					
9	Инструктаж по Т/б. История возникновения баскетбола. Правила игры. Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	02.10		
10	Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	04.10		
11	Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	09.10		
12	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения.	1.5	11.10		
13	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения.	1.5	16.10		
14	Ведение попеременно правой, левой рукой, приставным правым, левым боком, спиной.	1.5	18.10		
15	Ведение попеременно правой, левой рукой, приставным правым, левым боком, спиной.	1.5	23.10		
16	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	25.10		
17	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	06.11		
18	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	08.11		

19	Ведение два шага бросок в кольцо с правой и левой стороны нападения на кольцо.	1.5	13.11		
20	Ведение два шага бросок в кольцо с правой и левой стороны нападения на кольцо	1.5	15.11		
21	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	20.11		
22	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	22.11		
23	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	27.11		
24	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	29.11		
<b>Волейбол – 24 ч</b>					
25	Инструктаж по ТБ. История возникновения волейбола. Правила игры. Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.	1.5	04.12		
26	Действия с мячом. Перемещения и стойки игроков. Передача мяча двумя руками сверху в парах.	1.5	06.12		
27	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача на точность. Встречная передача.	1.5	11.12		
28	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача на точность. Встречная передача.	1.5	13.12		
29	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	1.5	18.12		
30	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	1.5	20.12		
31	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	25.12		
32	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	27.12		
33	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	15.01		
34	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	17.01		
35	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	22.01		
36	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	24.01		
37	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	29.01		
38	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	31.01		
39	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	05.02		
40	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	07.02		
<b>Настольный теннис – 15 ч</b>					
41	Инструктаж по Т/б. История возникновения игры. Правила игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	12.02		
42	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	14.02		
43	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	19.02		
44	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	21.02		

45	Техника ударов «накат» справа и слева.	1.5	26.02		
46	Техника ударов «накат» справа и слева.	1.5	28.02		
47	Техника ударов «накат» справа и слева. Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	05.03		
48	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	07.03		
49	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	12.03		
50	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	14.03		
<b>Бадминтон – 15 ч</b>					
51	Инструктаж по Т/б. Правила игры. Влияние занятий бадминтоном на формирование положительных качеств личности. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	19.03		
52	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	21.03		
53	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	26.03		
54	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	28.03		
55	Удары фронтальные, не фронтальные. Открытой и закрытой стороной ракетки.	1.5	09.04		
56	Удары фронтальные, не фронтальные. Открытой и закрытой стороной ракетки.	1.5	11.04		
57	Тактика одиночной игры. Учебная игра по правилам.	1.5	16.04		
58	Тактика парной игры. Учебная игра по правилам.	1.5	18.04		
59	Тактика смешанной игры (микст). Учебная игра по правилам.	1.5	23.04		
60	Тактика смешанной игры (микст). Учебная игра по правилам.	1.5	25.04		
<b>Футбол – 12 ч</b>					
61	Инструктаж по Т/б. История возникновения футбола. Правила игры. Техника передвижений. Остановка мяча, вбрасывание. Передача мяча внутренней стороной стопы. Удары по мячу.	1.5	30.04		
62	Ведение мяча попеременно правой, левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	07.05		
63	Ведение мяча попеременно правой, левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	14.05		
64	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	16.05		
65	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	21.05		
66	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Техника игры вратаря.	1.5	23.05		



№ п/г	Наименование темы занятия	Кол-во часов	Дата по расписанию		Примечание
			По плану	По факту	
<b>Футбол – 12 ч</b>					
1	Вводный инструктаж по Т/б. История возникновения футбола. Правила игры. Техника передвижения. Остановка мяча, вбрасывание. Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы на разных расстояниях. Удары по мячу. Учебная игра.	1.5	07.09		
2	Техника передвижения. Остановка мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии. Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы на разных расстояниях. Удары по мячу.	1.5	07.09		
3	Ведение мяча попеременно правой левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	14.09		
4	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	14.09		
5	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	21.09		
6	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Техника игры вратаря.	1.5	21.09		
7	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Учебная игра.	1.5	28.09		
8	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Учебная игра.	1.5	28.09		
<b>Баскетбол- 24 ч</b>					
9	Инструктаж по Т/б. История возникновения баскетбола. Правила игры. Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	05.10		
10	Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	05.10		
11	Техника передвижения по площадке. Повороты и остановка в движении. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча. Учебная игра в б/б.	1.5	12.10		
12	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения.	1.5	12.10		
13	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения.	1.5	19.10		
14	Ведение попеременно правой, левой рукой, приставным правым, левым боком, спиной.	1.5	19.10		
15	Ведение попеременно правой, левой рукой, приставным правым, левым боком, спиной.	1.5	26.10		
16	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	26.10		
17	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	09.11		
18	Броски мяча двумя руками с места. Штрафные броски.	1.5	09.11		

19	Ведение два шага бросок в кольцо с правой и левой стороны нападения на кольцо.	1.5	16.11		
20	Ведение два шага бросок в кольцо с правой и левой стороны нападения на кольцо	1.5	16.11		
21	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	23.11		
22	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	23.11		
23	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	30.11		
24	Тактика защиты и нападения, Учебная игра.	1.5	30.11		
<b>Волейбол – 24 ч</b>					
25	Инструктаж по ТБ. История возникновения волейбола. Правила игры. Действия без мяча. Перемещения и стойки игроков.	1.5	07.12		
26	Действия с мячом. Перемещения и стойки игроков. Передача мяча двумя руками сверху в парах.	1.5	07.12		
27	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача на точность. Встречная передача.	1.5	14.12		
28	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Передача на точность. Встречная передача.	1.5	14.12		
29	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	1.5	21.12		
30	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая.	1.5	21.12		
31	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	28.12		
32	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	28.12		
33	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками, с перемещениями по площадке.	1.5	18.01		
34	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	18.01		
35	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	25.01		
36	Командные действия. Приём подач. Блокирование одиночное, двойное.	1.5	25.01		
37	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	01.02		
38	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	01.02		
39	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	08.02		
40	Тактические действия. Учебная игра с изучением правил.	1.5	08.02		
<b>Настольный теннис – 15 ч</b>					
41	Инструктаж по Т/б. История возникновения игры. Правила игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	15.02		
42	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	15.02		
43	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	22.02		
44	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	22.02		

45	Техника ударов «накат» справа и слева.	1.5	01.03		
46	Техника ударов «накат» справа и слева.	1.5	01.03		
47	Техника ударов «накат» справа и слева. Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	15.03		
48	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	15.03		
49	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	22.03		
50	Тактика нападения и защиты. Учебная игра.	1.5	22.03		
<b>Бадминтон – 15 ч</b>					
51	Инструктаж по Т/б. Правила игры. Влияние занятий бадминтоном на формирование положительных качеств личности. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	29.03		
52	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещения.	1.5	29.03		
53	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	12.04		
54	Основы техники и тактики игры. Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Изучение подач.	1.5	12.04		
55	Удары фронтальные, не фронтальные. Открытой и закрытой стороной ракетки.	1.5	19.04		
56	Удары фронтальные, не фронтальные. Открытой и закрытой стороной ракетки.	1.5	19.04		
57	Тактика одиночной игры. Учебная игра по правилам.	1.5	26.04		
58	Тактика парной игры. Учебная игра по правилам.	1.5	26.04		
59	Тактика смешанной игры (микст). Учебная игра по правилам.	1.5	03.05		
60	Тактика смешанной игры (микст). Учебная игра по правилам.	1.5	03.05		
<b>Футбол – 12 ч</b>					
61	Инструктаж по Т/б. История возникновения футбола. Правила игры. Техника передвижений. Остановка мяча, вбрасывание. Передача мяча внутренней стороной стопы. Удары по мячу.	1.5	10.05		
62	Ведение мяча попеременно правой, левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	10.05		
63	Ведение мяча попеременно правой, левой ногой по прямой. С изменением направления движения. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия с мячом. Учебная игра	1.5	17.05		
64	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	17.05		
65	Индивидуальные действия с мячом. Тактика нападения. Ведение мяча. Отбор мяча.	1.5	24.05		
66	Тактика защиты и нападения. Групповые действия. Техника игры вратаря.	1.5	24.05		



### Карта результативности освоения образовательной программы

\_\_\_\_\_ учебный год

Группа \_\_\_\_\_ года обучения

ФИО обучающегося \_\_\_\_\_ *Карта заполняется  
два раза в год, что позволяет оценить динамику развития качеств и способностей  
обучающегося*

**Инструкция:** в ячейках справа напишите количество баллов, характерное для уровня сформированности данного показателя у обучающегося (с учетом возрастных особенностей).

0-3 – недостаточный (низкий) уровень

3-6 – достаточный (средний)

6-8 – оптимальный (выше среднего)

8-10 – высокий

Результаты	Показатели	Количество баллов			
		0-3	3-6	6-8	8-10
метапредметные	Коммуникативные				
	владеют конструктивными способами взаимодействия со сверстниками и взрослыми				
	способны сформулировать свое мнение, учитывая другие мнения при организации взаимодействия				
	умеют демонстрировать активную жизненную позицию, отстаивают ее в спорных ситуациях				
Регулятивные					
метапредметные	способны ставить цель, прилагать волевые усилия для ее достижения				
	планируют собственную деятельность, отбирают и оценивают необходимые ресурсы для ее осуществления				
	оценивают правильность выполнения действия и вносят необходимые коррективы				
	экспериментируют для достижения наибольшей эффективности				
	адекватно воспринимают внешнюю оценку, способны к само и взаимооценке				
Личностные					

сформирован положительный мотив для занятий физической культурой и спортом				
имеют установку на здоровый образ жизни, относятся к здоровью как к лично значимой ценности				
умеют противостоять негативным привычкам, демонстрируют нетерпимость к влияниям, представляющим угрозу для жизни и здоровья				
имеют представление о своей принадлежности к определенному народу, стране, государству				
Проявляют чувство гордости за большую и малую родину, желание приносить пользу обществу				
обладают доброжелательностью, внимательностью к людям, готовностью к сотрудничеству, помощи нуждающимся				
имеют представления о национальных, культурных ценностях, положительно к ним относятся, демонстрируют готовность к служению Отечеству				