Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Байкаловский детско-юношеский центр «Созвездие»

Принята на заседании
Педагогического совета
от 31.08.2026 г.
Протокол № 1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Рагозина Юлия Александровна
Директор МАУ ДО Байкаловский ДЮЦ «Созвездие»
Сертификат действителен с 10.02.2025 по 09.02.2028

Утверждаю: директор
МАУ ДО Байкаловский ДЮЦ
«Созвездие» Ю.А.Рагозина
приказ от 31.08.2026 г. № 68-ОД

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры»

Возраст обучающихся: 6-17 лет
Срок реализации
программы: 1 год

Автор - составитель:
Бахтин Андрей Николаевич,
педагог дополнительного образования

Байкалово 2026 г.

Основные характеристики программы

Пояснительная записка

Программа «Спортивные игры» направлена на пропаганду здорового образа жизни, развитого здоровья, физического совершенствования и достижение высоких спортивных показателей. Сегодня здоровье российского населения, и, прежде всего подрастающего поколения, оставляет желать много лучшего. Насыщенность и сложность школьной программы, технический прогресс, неблагоприятная экология способствуют развитию хронического дефицита двигательной активности детей. Эта реальная угроза их здоровью и физическому здоровью. Недостаток движений в жизни детей ведет к отчетливому снижению общей устойчивости организма к простудным заболеваниям, избыточному весу и др.

Забота о здоровье детей вызывает необходимость совершенствования работы по физическому воспитанию, поиска и применения разнообразных средств, форм и методов не только в образовательных учреждениях, но и в учреждении дополнительного образования детей. Фундамент здоровья и положительное отношение к физической культуре закладывается в детские годы. Ухудшающееся здоровье молодого поколения диктует необходимость заняться этой проблемой безотлагательно.

Идея образовательной программы состоит в формировании двигательной сферы и развитии здоровья детей на основе организации их целенаправленной двигательной активности.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Актуальность настоящей программы состоит в том, что именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей. Программа разработана для желающих заниматься в секции ОФП на основе современных научных данных и практического опыта педагога, и является отображением единства теории и практики. А также на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Дополнительная общеобразовательная программа соответствует нормативным правовым актам и государственным программным документам:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

3. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);

4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629);

5. Приказ Минобрнауки России № 2 от 09.01.2014 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242);

7. Устав МАУ ДО Байкаловский ДЮЦ «Созвездие» (2024 год);

8. Положение о дополнительных общеобразовательных программах (утв. Приказом директора МБУ ДО Байкаловский ДЮЦ «Созвездие» № 52б-ОД от 25.08.2023).

Отличительные особенности программы. Программа дополнена с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Возраст занимающихся, на который рассчитана данная образовательная программа, составляет от 6 до 17 лет.

К занятиям допускаются все желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний.

Объем и срок освоения программы

Объем программы – 216 часов

Срок освоения программы- 1 год.

Форма обучения – очная.

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

Перерыв между занятиями -10 минут

Общее количество часов в неделю – 6 часов.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Цель и задачи программы

Создание устойчивой мотивации обучающихся к ведению здорового образа жизни и формирование их физической культуры личности посредством освоения базовых элементов спортивных игр и общей физической подготовки.

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

Обучающие

Освоить правила безопасного поведения в спортивном зале, на уличной площадке и во время соревнований, а также алгоритмы оказания первой доврачебной помощи при ушибах и ссадинах.

Изучить базовую терминологию, правила игры, судейскую жестикуляцию и методику организации соревнований по футболу, волейболу и легкой атлетике.

Сформировать навык самоконтроля: умение самостоятельно подсчитывать пульс до и после нагрузки, вести дневник самочувствия и определять признаки переутомления.

Освоить правильную технику выполнения базовых технических элементов: стойки, перемещения, передачи мяча (сверху и снизу), подачи, ударов по мячу, прыжковых и беговых упражнений.

Знать комплексы общеразвивающих и специальных упражнений для развития гибкости, силы и координации, направленных на формирование правильной осанки и профилактику плоскостопия.

Развивающие

Обеспечить гармоничное развитие основных физических качеств: повысить показатели быстроты (бег 30 м), выносливости (бег 1000 м), скоростно-силовых качеств (прыжок в длину/многоскоки), силы (подтягивания/отжимания) и ловкости согласно возрастным нормативам мониторинга ОФП.

Развить психомоторные способности: совершенствовать зрительно-моторную реакцию, чувство ритма, динамическое равновесие и ориентацию в пространстве.

Сформировать тактическое мышление: способность анализировать игровую ситуацию, предугадывать действия соперника и принимать быстрые решения в условиях ограниченного времени.

Повысить умственную работоспособность и концентрацию внимания за счет активизации кровообращения и применения здоровьесберегающих технологий (диафрагмально-релаксационное дыхание).

Развить прикладные навыки планирования: умения составлять простейший план микроцикла самостоятельных тренировок и дозировать нагрузку в зависимости от самочувствия.

Содействие профессиональному самоопределению обучающихся через расширение представлений о профессиях в сфере физической культуры, спорта и спортивно-оздоровительной индустрии.

Воспитательные:

Воспитать волевые качества: целеустремленность, настойчивость в преодолении трудностей, дисциплинированность и способность мобилизовать усилия для достижения спортивного результата.

Сформировать нравственные ориентиры и коммуникативную культуру: уважительное отношение к партнерам по команде, соперникам, тренерам и судьям; умение конструктивно разрешать игровые конфликты без агрессии.

Привить устойчивый интерес к истории российского спорта и чувство гордости за достижения отечественных спортсменов.

Стимулировать становление лидерских качеств и социальной ответственности: готовность брать на себя ответственность за общий результат команды, проявлять инициативу в организации досуга сверстников.

Сформировать привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями как основы здорового образа жизни и неприятие вредных привычек.

Предполагаемый результат

Предметные результаты

Освоение базовых знаний о влиянии физических упражнений на организм человека, правилах личной гигиены, профилактике травматизма и оказании первой помощи при занятиях спортом.

Формирование умений организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, использовать спортивный инвентарь и оборудование, соблюдать требования техники безопасности.

Овладение техникой выполнения двигательных действий из базовых видов спорта (гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры) и их применение в игровой и соревновательной деятельности.

Умение измерять индивидуальные показатели физического развития (рост, масса тела), оценивать динамику физической подготовленности и регулировать нагрузку по частоте пульса.

Владение навыками судейства простейших соревнований, проведения подвижных игр и оказания посильной помощи сверстникам при выполнении учебных заданий.

Метапредметные результаты

Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых, анализировать и объективно оценивать результаты своего труда, находить способы их улучшения.

Находить ошибки при выполнении заданий, отбирать эффективные способы их исправления; общаться со сверстниками и взрослыми на принципах взаимоуважения, дружбы и толерантности.

Организовывать совместную деятельность в группе: договариваться о распределении ролей, осуществлять взаимный контроль и адекватно оценивать поведение окружающих.

Применять полученные знания для решения практических задач в изменяющихся условиях, обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха.

Технически правильно выполнять двигательные действия и использовать их в вариативных ситуациях учебной и досуговой деятельности.

Личностные результаты

Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; управлять своими эмоциями, сохранять хладнокровие и рассудительность в нестандартных ситуациях.

Оказывать бескорыстную помощь сверстникам, проявлять доброжелательность, сопереживание и эмоциональную отзывчивость; формировать уважительное отношение к культуре других народов.

Развивать мотивы учебной деятельности и осознавать личностный смысл учения, принимать социальную роль активно занимающегося физической культурой человека.

Воспитывать чувство гордости за достижения российского спорта, осознавать свою этническую принадлежность и ответственность за сохранение здоровья — личного и общественного.

Содержание программы

Учебный план

	Название раздела, темы	**Количество часов**			**Формы аттестации/ контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1	Физическая культура и спорт в России	1	1		Контрольный опрос, беседа
2	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой медицинской помощи	6	1	5	Контрольный опрос, тест
3	Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь	6	1	5	Опрос, наблюдение
4	Гимнастика	9	1	8	Тестирование
5	Легкая атлетика	21	2	19	Тестирование
6	Подвижные игры	15	1	14	Наблюдение
7	Настольный теннис	21	3	18	Соревнования

8	Футбол	62	6	56	Учебные игры. Соревнования
9	Волейбол	45	6	39	Учебные игры. Соревнования
10	Контрольные испытания, соревнования	9	1	8	Тестирование
11	Инструкторская и судейская практика	9	1	8	Наблюдение
12	Спортивно-массовая работа, соревнования.	12	1	11	Наблюдение
	Итого	216	25	191	

Содержание учебного плана

1. Физическая культура и спорт в России

Теория: Физическая культура и спорт - средство всестороннего развития личности.

Возникновение и история физической культуры. Лучшие спортсмены школы, района.

*Форма контроля: к*онтрольный опрос. Беседа

2. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой медицинской помощи

Теория: Гигиена одежды и обуви. Режим питания и питьевой режим. Правила закаливания. Медицинский осмотр. Личная гигиена. Двигательный режим подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений.

Практика: Врачебный контроль и самоконтроль во время занятий физической культурой и спортом.

*Форма контроля: к*онтрольный опрос, тест

3. Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь

Теория: Правила соревнований по бегу, прыжкам, метанию и спортивным играм, гимнастике, л/а, лыжам, лыжным гонкам Виды соревнований. Правила хранения спортивного инвентаря.

Содержание III, IV ступени ВФСК ГТО

Форма контроля: Опрос, наблюдение

4. Гимнастика

Теория: Страховка. Гимнастическая терминология. Основы техники гимнастических упражнений.

Практика: Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами, с партнером., на гимнастической скамейке и т.д. Стойка на руках.

Акробатические упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазание.

Силовые упражнения. Преодоление полосы препятствий по методу круговой тренировки.

Форма контроля: Тестирование

5. Легкая атлетика

Теория: Основные фазы ходьбы и бега. Техника бега. Прыжковая техника. Техника метания.

Практика: Ходьба и медленный бег. Кросс 1000- 1500м. Бег на короткие дистанции до 60м. Бег на длинные дистанции. Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту, многоскоки. Метание мяча с места, на дальность, в цель. Специальные беговые упражнения. Старт высокий, низкий.

Форма контроля: Тестирование

6. Подвижные игры

Теория: Правила игры. Техника безопасности.

Практика: «Мяч-капитану», «Не дай мяча водящему», «Летучий мяч», «Пионербол», «Перестрелка», «Борьба за мяч», эстафеты.

Форма контроля: наблюдение

7. Настольный теннис

Теория: Техника безопасности. Известные теннисисты.

Практика: Чередование различных подач. Отражение сложных подач «накатами», «подрезками», «подставками». Разновидности ударов и подач: по технике выполнения, по силе и скорости ударов, по вращению и траектории полета мяча. Использование тех или иных ударов в зависимости от техники игры соперника. Тактика парной игры.

Форма контроля: Игра на счет. Соревнования.

8. Футбол

Теория: Техника безопасности. Известные футболисты, клубы

Практика: Удары по мячу с места, с хода. Остановка мяча. Ведение мяча с изменением направления и скорости движения. Финты. Отбор мяча. Выбивания. Перехват. Тактика игры в нападении. Индивидуальные, групповые действия. Тактика игры в защите. Первоначальная, зонная и комбинированные защиты.

Форма контроля: Учебные игры. Участие в соревнованиях

9. Волейбол

Теория: Техника безопасности. Правила игры. История развития волейбола.

Практика: Перемещение и стойки. Передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Нижняя прямая подача. Нападающий удар. Тактические действия в нападении. Тактические действия в защите. *Форма контроля:* Учебные игры. Соревнования.

10. Контрольные испытания, соревнования

Практика: Контрольные упражнения для оценки ОФП, учитывая индивидуальные особенности занимающихся.

Форма контроля: Тестирование

11. Инструкторская и судейская практика

Теория: Знать правила подвижных и спортивных игр.

Практика: Проведение с группой товарищей трех занятий под контролем руководителя. Судейство трех, пяти соревнований.

Форма контроля: Наблюдение

12. Спортивно-массовая работа.

Теория: Правила поведения в автобусе, на соревнованиях. Правила поведения в лесу

Практика: Подготовка к праздникам, соревнованиям. Выезды на зимний и летний фестивали, экскурсии, походы. Участие в соревнованиях

Форма контроля: Наблюдение

Организационно - педагогические условия

Календарный учебный график

№	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество часов в неделю	6
3	Количество часов	216
4	Недель в первом полугодии	18
5	Недель во втором полугодии	18
6	Начало занятий	1 сентября
7	Выходные дни	1-8 января
8	Окончание учебного года	31 мая

Условия реализации программы

Материально - техническое обеспечение

УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ	
Гимнастика	
Стенка гимнастическая	3
Бревно гимнастическое напольное	1
Бревно гимнастическое высокое	1
Козел гимнастический	1
Конь гимнастический	1
Перекладина гимнастическая навесная	2
Половой настил	1
Канат для лазания, с механизмом крепления	1
Мост гимнастический подкидной	1
Скамейка гимнастическая жесткая	3
Комплект навесного оборудования	1
Коврик гимнастический	10
Маты гимнастические	5
Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	3,3,3
Мяч малый (теннисный)	5
Скакалка гимнастическая	30
Мяч малый (мягкий)	4
Палка гимнастическая	15
Обруч гимнастический	20
Массажный мяч	11
Мяч-хоп	8
Кольца гимнастические	2
Мешочки с песком	12
Легкая атлетика	
Планка для прыжков в высоту	1
Стойки для прыжков в высоту	2
Рулетка измерительная (10м; 50м)	1,1
Эстафетные палочки	4
Граната (700,500,250 гр)	2,6,25
Мяч (150 гр)	5
Мяч резиновый (маленький, средний)	5,3

Барьеры для перепрыгивания в высоту	3
Кубики для челночного бега	5
Мешочки с песком для метания	11
Спортивные игры	
Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	1
Щит баскетбольный навесной с кольцом	1
Мячи баскетбольные	10
Сетка для переноса и хранения мячей	1
Сетка волейбольная	2
Мячи волейбольные	12
Свисток судейский	2
Мячи футбольные	10
Насос для накачивания мячей	1
Спортивное оборудование для весёлых стартов	
Кегли	20
Флажки	5
Кубики прямоугольные зелёные	22
Набор для игры в шахматы	2
Шашки	6
Большие кубы	6
Кольца резиновые	3
Кольцеброс	1
Корзина	3
Стол теннисный	1
Ракетка теннисная	6
Сетка для тенниса	1
Канат-верёвка для перетягивания	1
Пьедестал	1
Спортивный зал игровой	1
Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1

Формы аттестации

Программа предусматривает контрольные проверки
Цель контроля – определить динамику развития обучающихся.
Задача – определение уровня развития физической подготовленности

- *вводный,* который проводится на первых занятиях, в начале изучения отдельных тем или разделов программы;

- *текущий*, проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме;

- *итоговый,* проводимый после завершения учебной программы.

Форма оценки результата: **устный опрос**; **самостоятельные работы**, демонстрирующие умения учащихся применять усвоенные по определенной теме знания на практике; **собеседование, тестирование и соревнования, фестивали, концерты.**

Применяя контроль, важно увидеть не только процесс, но и результат этого процесса: уровень развития физических качеств, творческий потенциал, уровень облученности и воспитания детей, их адаптацию в социуме.

Это позволяет получить дополнительную информацию как положительного, так и отрицательного характера и своевременно принять соответствующие меры.

Оценочные материалы

Тестирование (контрольные упражнения) проводится два раза в год в начале и конце учебного года по семи основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы, ловкости. Так можно оценить, насколько улучшились результаты учащихся (уровень физической подготовленности), какая работа была проведена с большим успехом, а что удалось не вполне. Задача педагога – настроить детей на то, чтобы они стремились улучшать свои же результаты. Даже если ребёнок в начале учебного года плохо выполнил одно из контрольных упражнений, но весной улучшил показатели, - это прогресс, он достоин похвалы. Пусть даже по всем канонам уровень будет считаться низким, сам для себя ребенок станет героем, у него появится желание работать над собой дальше, самосовершенствоваться.

Таблица мониторинга физической подготовленности

	Возраст	Бег 30 м; сек		Бег 1000м; мин, сек		Прыжок в длину с места; см		Поднимание туловища за 30 с., раз		Подтягивание (мальчики - выс. Дев. - низ. перекладина) раз		Наклоны вперёд Из положения сидя; см		Ч/б 3х10; сек	
		Скорость		Выносливость		Скоростно-силовые качества		Сила мышц брюшного пресса		Силовые качества		Гибкость		Ловкость, коорд. дв - й	
		сред.	выс.	сред.	выс.	сред.	выс.	сред.	выс.	сред.	выс.	сред.	выс.	сред.	выс.
девочки	6	7,5-6,4	6,3	6,39-6,01	6,00	110-130	131	14-17	18	5-11	12	6-9	10	11,3	10,2
	7-8	7,5-6,4	6,3	6,39-6,01	6,00	110-130	131	16-20	21	5-11	12	6-9	10	11,3	10,2
	9	6,9-9,0	5,9	6,05-5,27	5,26	135-150	151	18-22	23	8-15	16	6-8	10	10,3	9,3
	10	6,5-5,6	5,5	5,56-5,18	5,17	140-150	151	19-20	21	9-17	18	7-10	11	10,0	9,1
	11	6,3-5,7	5,6	5,36-4,58	4,57	150-175	176	18-22	23	11-18	19	8-10	11	9,7	8,9
	12	6,0-5,4	5,3	5,24-4,46	4,45	155-175	176	18-23	24	12-19	20	9-11	12	9,6	8,8
	13	6,2-5,5	5,4	5,19-4,41	4,40	160-180	181	18-23	24	13-18	19	10-12	13	9,5	8,7
	14	5,9-5,4	5,3	5,02-4,24	4,23	160-180	181	20-23	24	14-16	17	12-14	15	9,4	8,6
	15	5,8-5,3	5,2	5,12-4,34	4,33	165-185	186	21-24	25	13-15	16	12-15	16	9,3	8,5
	16	5,9-5,3	5,2	5,08-4,30	4,29	170-190	191	20-24	25	14-17	18	12-14	15	9,3	8,4
	17	5,9-5,3	5,2	5,08-4,30	4,29	170-190	191	21-25	26	14-17	18	12-14	15	9,3	8,4

мальчики	возраст	Бег 30 м; сек		Бег 1000м; мин, сек		Прыжок в длину с места; см		Поднимание туловища за 30 с., раз		Подтягивание (мальчики - выс. Дев. - низ. перекладина) раз		Наклоны вперёд Из положения сидя; см		Ч/б 3х10; сек	
		Скорость		Выносливость		Скоростно-силовые качества		Сила мышц брюшного пресса		Силовые качества		Гибкость		Ловкость, коорд. дв - й	
	6	7,3-6,2	6,1	6,18-5,42	5,41	115-135	136	15-18	19	2-3	4	3-5	6	10,8	9,9
	7	7,3-6,2	6,1	6,18-5,42	5,41	115-135	136	18-22	23	2-3	4	3-5	6	10,8	9,9
	8	7,0-6,0	5,9	6,04-5,38	5,27	125-145	146	20-24	25	2-3	4	3-5	6	10,0	9,1
	9	6,7-5,7	5,6	5,45-5,09	5,08	130-150	151	19-25	26	3-4	5	3-5	6	9,9	8,8
	10	6,5-5,6	5,5	5,20-4,44	4,43	140-160	161	21-25	26	3-4	5	4-6	7	9,5	8,6
	11	6,1-5,5	5,4	5,11-4,35	4,34	160-180	181	21-25	26	4-5	6	6-8	9	9,3	8,5
	12	5,8-5,4	5,3	5,02-4,26	4,25	165-180	181	22-26	27	4-6	7	6-8	9	9,0	8,3
	13	5,6-5,2	5,1	4,52-4,16	4,15	170-190	191	23-27	28	5-6	7	5-7	8	9,3	8,3
	14	5,5-6,1	5,0	4,34-3,58	3,57	180-195	196	24-28	29	6-7	8	7-9	10	8,7	8,0
	15	5,3-4,9	4,8	4,23-3,47	3,46	190-205	206	23-28	29	7-8	9	8-10	11	8,4	7,7
	16	5,1-4,8	4,7	4,11-3,35	3,34	195-210	211	24-29	30	8-9	10	9-12	13	8,0	7,3
	17	5,0-4,7	4,6	4,11-3,35	3,34	205-220	221	24-29	30	9-10	11	9-12	13	7,9	7,2

Методические материалы

Методы и формы обучения определяются с учетом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся, развития и саморазвития личности. Содержание данного курса строится на основе системно-деятельностного подхода. Вовлечение учащихся в разнообразную учебную, исследовательскую и практическую деятельность является условием приобретения прочных знаний, преобразования их в убеждения и умения, становления ответственности как черты личности.

Методы обучения

- строго регламентированного упражнения (обучение двигательным действиям в целом и по частям); игровой; соревновательный;
- словесного воздействия (объяснение, беседа, разбор, инструктирование, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания); наглядного воздействия (демонстрации, демонстрация наглядных пособий, выполнение упражнений в замедленном темпе, фиксация положений тела и его частей тела в отдельные моменты двигательных действий).

В работе используются разные **формы организации деятельности** обучающихся на занятии – индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, круговая, дифференцированная и варьируются виды деятельности в рамках одного занятия. Применяю метод индивидуальных занятий, дополнительных упражнений, заданий по овладению двигательными действиями, развитию физических способностей с учетом типа телосложения, склонностей, физической и технико-тактической подготовленности.

Развитию самостоятельности хорошо содействует организация **спортивных соревнований и спортивных праздников**. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные на занятиях.

Для полной реализации программы необходимо постоянно укреплять материально-техническую и учебно-спортивную базу, регулярно проводить спортивные соревнования и показательные выступления для каждой возрастной группы учащихся.

Используемые педагогические технологии:

Информационно – коммуникационная технология
Технология развивающего обучения
Здоровьесберегающие технологии
Технология проблемного обучения
Игровые технологии
Педагогика сотрудничества
Технологии уровневой дифференциации

Групповые технологии

Развития навыков обобщения и систематизации знаний

Развития исследовательских навыков

Самодиагностики результатов

Самоанализа и коррекции действий

Основной **формой** занятия является **спортивно-тренировочное занятие**, которое делится на три части: подготовительная, основная, заключительная. После каждого пройденного материала проводятся итоговые занятия (мониторинг физических качеств).

Изучение теоретического материала осуществляется в форме (**бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований**) по 15-20 минут, которые проводятся как в начале занятия (как часть комплексного занятия), так и отдельными занятиями.

На теоретических занятиях даются необходимые знания по истории возникновения и развития спорта в России; гигиене, о врачебном контроле, самоконтроле, технике безопасности, правилах проведения соревнований.

Список литературы

Литература для педагога

1. Коротков И.М. Подвижные игры. М., 1987г.
2. В.Я. Барышников, Ю.И. Громыко. ВФСК: нормативные требования и алгоритм внедрения - Екатеринбург: ОГ ФСО «Юность России», 2014. 56 с.