

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»
ИЗОБИЛЬНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

принята на заседании педсовета
протокол № 2 от 28.08. 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «СОШ №1» ИМОСК
О.В. Гудилина
приказ № 600 от 28 » 08 2024
г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
спортивной направленности
школьный спортивный клуб «Чемпион»**

уровень освоения программы - стартовый
возрастная категория – от 10 до 18 лет
состав группы – от 8 до 15 человек
срок реализации программы – 1 год
ID-номер программы в Навигаторе – 23896
Вид программы: модифицированная

Составил:
Сухов Владимир Анатольевич
педагог дополнительного образования
МБОУ «СОШ №1» ИМОСК

г. Изобильный, Ставропольский край
год разработки программы 2024

Пояснительная записка

Программа спортивного клуба «Чемпион» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Программа спортивного клуба «Чемпион» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ четырёх спортивных игр: бадминтон, волейбола, настольный теннис и шахматы. Даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный клуб «Чемпион» (далее - программа) разработана в соответствии со следующими **нормативными документами:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024)
2. Федеральный Закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания».
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол № 3).
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

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

8. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам»;

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее - Целевая модель).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».

12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (*разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи*)».

14. Устава муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1» Изобильненского муниципального округа Ставропольского края.

Направленность программы - физкультурно-спортивная, предполагает развитие и совершенствование у обучающихся основных

физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Актуальность программы. Физическую культуру и спорт необходимо рассматривать как вид деятельности, в процессе которой происходит удовлетворение физических и духовных потребностей человека посредством целенаправленных занятий физическими упражнениями, усвоения и применения соответствующих знаний и навыков, а также участия в спортивных мероприятиях. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая деятельность— это средство социализации личности. Результатом социализации может стать укрепление семьи, сплочение коллектива, объединение людей различного рода группы на основе общности спортивных интересов. Мы уверены, что создание спортивного клуба необходимо для того, чтобы дети имели возможность, соприкоснувшись со спортом, полюбить его и потом, в течение всей жизни, вести здоровый образ жизни, занимаясь спортом в свое удовольствие.

Педагогическая целесообразность. Программа актуальна на сегодняшний день, так как спортивный клуб представляет проверенное в педагогической практике объединение, способное решать самые разные, не только оздоравливающие, педагогические задачи. Среди них интеграция средств основного и дополнительного образования, воспитания и обучения, индивидуального развития и позитивной социализации учащихся, разных школьных предметов, детей разных возрастов и разных представителей сообщества взрослых – педагогов, родителей, выпускников, представителей общественности.

Спортивный клуб выступает как неременный педагогический компонент развития у учащихся лидерских качеств, где осуществима интеграция задач чисто спортивного развития с задачами соревновательности, ответственности, командного духа, индивидуального самостроительства личности. Именно спортивный клуб, реализующий собственную дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу, представляет инновационное средство решения значимой педагогической проблемы: как не только предоставить детям возможность заниматься спортом, приумножать здоровье, но и как включить в эту работу педагогов школы и, главное, как достучаться до сознания детей, заставив поверить в то, что здоровье – это важно. Именно последний компонент, в отличие от социального заказа на детское здоровье как общественной потребности и сохранения детского здоровья как государственного требования, нуждается сегодня в инновационных педагогических решениях. Нельзя не остановиться и на тех организационно и психолого-педагогических

условиях, которые обеспечивают становление, функционирование и развитие школьного спортивного клуба как ключевого элемента системы дополнительного образования в области здоровья.

Отличительной особенностью. Данная программа является модифицированной. Содержание и материал программы спланированы по принципу дифференциации в соответствии с уровнями сложности и дополнена различными видами мероприятий и дисциплин согласно возрастным особенностям учащихся.

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, комплексные тренировки и тактические учения.

Объем и срок реализации программы. Объем программы – 324 часа. Программа рассчитана на 1 год обучения: группа стартового уровня – 162 часа, группа базового уровня – 162 часов.

Формы обучения и режим занятий. Занятия проводятся в группе по волейболу 2 раза в неделю по 1,5 часа, и 1 раз по 2 часа в группах по настольному теннису, шахматам и бадминтону для стартового уровня. Продолжительность занятия 40 минут с 10 минутным перерывом.

Возраст учащихся 10-18 лет. Принимаются физически здоровые дети, имеющие допуск врача.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.
---------------------	--

Календарный учебный график
на 2024-2025 учебный год

Уровень обучения	№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель в год	Кол-во учебных дней в год	Кол-во учебных часов нед./год.	Режим занятий
стартовый	Волейбол	02.09.24	31.05.25	36	54	3/108	2 раза в Неделю по 1,5 часа
стартовый	Шахматы	02.09.24	31.05.25	36	36	2/72	1 раза в Неделю по 2 часа
стартовый	Настольный теннис	02.09.24	31.05.25	36	36	2/72	1 раз в Неделю по 2 часа
стартовый	Бадминтон	02.09.24	31.05.25	36	36	2/72	1 раза в Неделю по 2 часа

Форма обучения очная

Кадровое обеспечение: реализацию данной программы осуществляет учитель физической культуры МБОУ «СОШ №1» ИМОСК, Сухов Владимир Анатольевич.

Уровень освоения программы: стартовый.

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи:

- Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- Популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- Формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям

спортивными играми;

- Обучение технике и тактике спортивных игр;
- Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- Воспитание моральных и волевых качеств.

Ожидаемый результат:

Личностные результаты: Стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении года), результаты участия в соревнованиях.

Предметные результаты: приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой. В ходе реализации программы школьного спортивного клуба «Чемпион» учащиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Смогут получить знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Учебно-тематический план

№	Название тем, разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Бадминтон	72	20	52	Соревнования
2	Волейбол	108	30	78	Соревнования
3	Настольный теннис	72	20	52	Соревнования
4	Шахматы	72	20	52	Соревнования

	ИТОГО	324	90	234	
--	-------	-----	----	-----	--

Содержание программы

Раздел1.Волейбол.

Основы знаний. Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала.

Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.

Специальная подготовка. Специальная разминка волейболиста.

Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте после перемещения.

Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось –поймай», «Кто лучший?»

Раздел2.Бадминтон

Основы знаний. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения.

Режим дня и режим питания.

Первые шаги на пути к увлекательной игре “бадминтон”.
Сущность игры.

Подготовка к обучению технике.

Общая физическая подготовка.

Тактическая подготовка.

Раздел3.Настольный теннис.

Основы знаний. Влияние занятий настольным теннисом на организм школьника.

Причины переохлаждения и перегревания организма человека.

Признаки простудного заболевания.

Основы техники и тактики игры.

Правила игры, организация соревнований, система их проведения.

Раздел 4. Шахматы

Место шахмат в мировой культуре.

Роль шахмат в воспитании и развитии личности особенности

психологической подготовки юного шахматиста.

Шахматные фигуры и их обозначения.

Позиция, запись позиции.

Методическое обеспечение программы:

- Наличие спортивного зала и спортивной площадки;

Оборудование:

- Мультимедийное оборудование—1шт.
- столы—10 шт.
- стулья—25 шт.
- шкафы – 4 шт.Оборудование по программе:
- Волейбольны емячи—15 шт.
- Ноутбук– 1шт.
- Бумага—3 уп.
- Ручки– 25шт.
- Теннисные ракетки—10шт.
- Теннисные мячи—10 шт.
- Шахматы—10шт.
- Ракетки для бадминтона—10шт.
- Воланыдлябадминтона-10шт.
- Скакалки.
- Гимнастические палки.
- Наличие учебной литературы, презентаций, учебных фильмов.

Формы, методы и средства обучения

При организации образовательного процесса программа предусматривает рациональное сочетание традиционных форм и методов проведения занятий и инновационных технологий.

При формировании теоретических знаний используются следующие виды занятий: устное изложение учебного материала, обсуждение изучаемого материала, беседы, показ (демонстрация) с использованием видеоматериалов, упражнение (тренировка), практическая и самостоятельная работа. Устное изложение учебного материала применяется при ознакомлении учащихся с основными положениями уставов. Устное изложение бывает в виде объяснения, рассказа или лекции.

Практические занятия проводятся с целью закрепления и совершенствования учащимися ранее приобретенных навыков и умений, отработки коллективных действий, а также для сплочения коллектива.

Формы контроля

Знания и умения учащихся, полученные в процессе обучения, проверяются и оцениваются педагогом, который участвует в образовательном процессе, в ходе входного, текущего и итогового мониторинга.

Промежуточный мониторинг проводится после завершения изучения каждого раздела программы.

В ходе промежуточного мониторинга проверяются знания, полученные по основным разделам программы, могут использоваться: наблюдение, опросы, беседы, совместное обсуждение достигнутых результатов, практические занятия, зачет, тест, проверка выполнения практического задания, выполнение нормативов.

При аттестации учащихся используется уровневая форма оценивания: низкий, средний и высокий.

Педагог, реализующий программу, разрабатывает оценочные материалы (тесты, диагностики, мониторинги), позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов.

Формы аттестации и оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся следующие виды аттестации:

Виды контроля	Формы проведения	Сроки
Входной	Входная аттестация, наблюдение, беседа	Сентябрь
Текущий	Анализ приобретённых навыков, наблюдение	Декабрь
Итоговый	Итоговая аттестация	Май

Критерии оценки достижения планируемых результатов Условные обозначения:

- 1 –низкий уровень;
- 2 –средний уровень;
- 3 –высокий уровень.

Высокий уровень – задание понимает полностью, правильно и самостоятельно выполняет.

Средний уровень – задание понимает частично (понимает и выполняет простую инструкцию не в полной мере), справляется при поддержке взрослого.

Низкий уровень–задание не понимает, и выполнить не может.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагогов

1. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
2. Монаков Г.В. «Техническая подготовка волейболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
3. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
4. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно- тренировочный) [Текст]- М.: Советский спорт 2005-112с.
5. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011-61с.-(Стандарты второго поколения).
6. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
7. Бадминтон: учебник для студентов вузов по направлению 032100 –физ.культура/Ю.Н.Смирнов.–2-еизд.,исправ.идоп.–М.: Советскийспорт,2011.–248с.
8. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: методические указания / В.М. Мачнев. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2003. – 27 с.
9. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учебное пособие / В.Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.

Литература для учащихся

1. МайзелисИ.Шахматы./М.:Детгиз,1960.
2. ПожарскийВ.А.Шахматныйучебник/В.А.Пожарский. – М., 1996.
3. НимцовичА.Моясистема./М:ФиС,1984.
4. СухинИ.Волшебныефигуры./М.:Новаяшкола,1994.
5. СухинИ.Приключениявшахматнойстране./М.: Педагогика, 1991.
6. БарчуковаГ.В.Настольныйтеннисдлявсех.,М.,ФиС, 2008 г; 2.

Интернет–источники:

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-badminton-3264809.html>

<https://ypok.pф/presentation/5098.html><https://pptcloud.ru/fizkultura/badminton>https://yandex.ru/video/preview/?text=настольный%20теннис%20по%20физкультуре%20ютуб%20смотреть&path=yandex_search&parent-reqid=1662158827624789-2178312016379353002-vla1-5311-vla-l7-balancer-8080-BAL-1907&from_type=vast&filmId=7881476544016575812

https://yandex.ru/video/preview/?text=ПРАВИЛА%20ИГРЫ%20ПО%20ВОЛЕЙБОЛУ%20ВИДЕО&path=yandex_search&parent-reqid=1662158925344060-5617426155629366235-vla1-5311-vla-l7-balancer-8080-BAL-9218&from_type=vast&filmId=8538639169817251983

https://yandex.ru/video/preview/?text=ПРАВИЛА%20ИГРЫ%20ПО%20ШАХМАТЫ%20ВИДЕО&path=yandex_search&parent-reqid=1662158997139740-781310443350540145-vla1-5311-vla-l7-balancer-8080-BAL-6435&from_type=vast&filmId=18154034962796348881

https://yandex.ru/video/preview/?text=ПРАВИЛА%20ИГРЫ%20ПО%20ШАХМАТЫ%20ВИДЕО&path=yandex_search&parent-reqid=1662158997139740-781310443350540145-vla1-5311-vla-l7-balancer-8080-BAL-6435&from_type=vast&filmId=18154034962796348881

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Стартовый уровень

№ п/п	Название темы	Количество часов					Дата по плану	По факт
		всего	теор.	прак.				
1-2	1.Техникабезопасностиазанятияпо спортивным играм. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3.Обучениеверхнейпередачедвумя руками. 4.Входнаяаттестация.	1,5	1	0,5				
3-5	1.Физическаяподготовка.2. Обучение перемещениямволейболиста. 3.Обучениеверхнейпередачедвумя руками.4. Учебная игра.	1,5	1	0,5				
6-8	1.Физическаяподготовка.2. Обучение перемещениямволейболиста. 3.Обучениеверхнейпередачедвумя руками	1,5	1	0,5				
7-9	Развитиебыстротыперемещения. Обучениеверхней передаче. Обучениенижнейпрямойподаче. Учебнаяигра.	1,5	1	0,5				
10-13	1. Обучениеверхнимпередачамв средней и низкой стойках и после перемещения. Обучениенижнейпрямойподаче. Учебнаяигра.	1,5	1	0,5				
14-17	1. Обучениеверхнейпередачепосле перемещений. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3.Изучениетактикипервыхивторых передач. 4.Учебная игра.	1,5	1	0,5				
15-17	Обучениеприемуипередачмяча сверху двумяруками.2. Обучение приемумячасподачи.3. Тактика первых ивторыхпередач	1,5	1	0,5				
18-20	1. Обучениеприемуипередачмяча сверху двумя руками. Обучениеприемумячас подачи. Тактикапервыхивторых передач	1,5	1	0,5				

21-23	1.Обучениеприемумячасподачи.2. Обучение верхней передаче. 3. Ознакомлениесосновнымиправилами игры в волейбол.	1,5	1	0,5		
24-26	1.Совершенствованиенавыковприемаи передачи мяча сверху. 2. Совершенствованиенавыковнижней прямой подачи. 3. Физическая подготовка.	1,5	1	0,5		
27-29	1.Обучениеприемуипередачмяча сверху двумя руками. 2. Обучениеприемумяча сверхусподачи. 3.Тактикапервых:ивторых передач.	1,5	1	0,5		
30-32	1.Совершенствованиенавыковприемаи передачи мячасверху двумя руками. 2.Совершенствованиенавыковподачи. 3.Учебнаяигра. 4.Текущая аттестация.	1,5	1	0,5		
33-35	1. Развитиебыстротыи прыгучести. 2. Совершенствованиенавыковприемаи передачи мяча сверху двумя руками. 3.Совершенствованиенавыковподач	1,5	1	0,5		
36-38	1. Развитиебыстротыипрыгучести. 2. Совершенствованиенавыковприемаи передачи мяча сверху двумя руками. 3.Совершенствованиенавыковподач	1,5	1	0,5		
39-41	1. Совершенствованиенавыков перемещения 2. Совершенствованиенавыковприемаи передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствованиенавыков”нижней подачи и приема мяча с подачи.	1,5	1	0,5		
42-44	1. физическаяподготовка. 2. Совершенствованиенавыковприема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактикавторых передач.	1,5		1,5		

45-47	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач.	1,5		1,5		
48-49	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	1,5		1,5		
50-52	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	1,5		1,5		
53-55	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Ознакомление с прямым нападающим ударом. 3. Учебная игра.	1,5		1,5		
56-58	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.	1,5		1,5		
59-61	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.	1,5		1,5		
62-64	1. Совершенствование навыка верхней передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.	1,5		1,5		
65-67	1. Верхние передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.	1,5		1,5		
68-70	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение прямому нападающему удару 3. Подача мяча верхней прямой.	1,5		1,5		

71-72	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому. Итоговое занятие. Итоговая аттестация.	1,5		1,5		
	Итого:	108				

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО БАДМИНТОНУ Стартовый уровень

№ п/п	Название темы	Количество часов				
		всего	теор.	Прак.	Дата по плану	По факту
1-2	“Вводное значение”. Знакомство с детьми. Входная аттестация. Инструкции по ТБ и ОТ.	2	1	1		
3-4	Специфика бадминтона как игрового олимпийского вида спорта.	2	1	1		
5-6	Развитие бадминтона в России. Федерация бадминтона России.	2	1	1		
7-8	Правила игры в бадминтон. Основные определения. Корти и его оборудование. Волан. Жеребьевка. Система счета. Смена сторон. Подача волана и прием волана.	2	1	1		
9-10	Правила поведения, обучающего в спортивном зале и на спортивной площадке занятиям по бадминтону.	2	1	1		
11-12	Общие требования безопасности и охраны труда при проведении занятий по спортивным и продвинутым играм.	2		2		
13-14	Первые шаги на пути к увлекательной игре “бадминтон”. Сущность игры. Ознакомление с тактическими действиями в бадминтоне.	2		2		
15-16	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения для разминки.	2		2		

17-18	Подготовительные упражнения для развития быстроты передвижения. Текущая аттестация.	2		2		
19-20	Подготовительные упражнения для развития быстроты реакции и ловкости.	2		2		
21-22	Подготовка к обучению технике. Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований по бадминтону.	2		2		
23-24	Индивидуальные упражнения с воланом. Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	2		2		
25-26	Индивидуальные упражнения с двумя воланами.	2		2		
27-28	Парные упражнения с воланом. Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц. Упражнения для разминки.	2		2		
29-30	Групповые упражнения и эстафеты.	2		2		
31-32	Имитационные упражнения с ракеткой. Противостояние бадминтонистов физическому утомлению.	2		2		
33-34	Индивидуальные упражнения с ракеткой и воланом.	2		2		
35-36	Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих. Игра в бадминтон. <u>Зачёты и контрольные испытания.</u> <u>Итоговая аттестация.</u>	2		2		
	Итого:	72				

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ Стартовый уровень

№ п/п	Название темы	Количество часов				
		всего	теор.	прак.	Дата по плану	По факту
1-2	Физическая культура и спорт в России. Развитие тенниса. Входная аттестация.	2	1	1		

3-4	Техника безопасности. Профилактика травматизма.	2	1	1		
5-6	Физиологические основы спортивной тренировки.	2	1	1		
7-8	Общая и специальная физическая подготовка.	2	1	1		
9-10	Правила соревнований по настольному теннису	2	1	1		
11-12	Игровая и соревновательная подготовка.	2		2		
13-14	Морально-волевая и психологическая подготовка спортсмена.	2		2		
15-16	Игровая и соревновательная подготовка.	2		2		
17-18	Планирование и спортивный учет. Текущая аттестация.	2		2		
19-20	Общая и специальная физическая подготовка.	2		2		
21-22	Правила соревнований по настольному теннису	2		2		
23-24	Игровая и соревновательная подготовка.	2		2		
25-26	Самостоятельная работа.	2		2		
27-28	Общая и специальная физическая подготовка.	2		2		
29-30	Тактическая подготовка.	2		2		

31-32	Основы методики обучения и тренировки.	2		2		
33-34	Самостоятельная работа.	2		2		
35-36	Игровая и соревновательная подготовка. Контрольные испытания. Итоговая аттестация	2		2		
	Итого:	72				

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ШАХМАТАМ Стартовый уровень

№ п/п	Название темы	Количество часов				
		всего	теор.	прак.	Дата по плану	По факту
1-2	Организационное занятие. Техника безопасности. Входная аттестация.	2	1	1		
3-4	Из истории шахмат.	2	1	1		
5-6	Шахматы – это спорт. Шахматы – наука, искусство	2	1	1		
7-8	Правила игры. Цель игры.	2	1	1		
9-10	Понятие о плане в игре.	2	1	1		
11-12	Сравнительная сила фигур.	2	1	1		
13-14	Влияние позиции на состояние сил. Критически опасная проходная пешка.	2	1	1		
15-16	Ходы фигур и их особенности.	2	1	1		
17-18	Организация подвижности. Заграждение, отрезание полей. Текущая аттестация	2		2		

19-20	Защищающая фигура. Связка. Отсутствие времени.	2		2		
21-22	Форсирующие ходы. Шах. Двойной удар.	2		2		
23-24	Взятие. Превращение пешек. Угроза. Подсчет количества ударов.	2		2		
25-26	Взаимодействие фигур. Критические поля заблокированной пешки.	2		2		
27-28	Нападение на незащищенного короля.	2		2		
29-30	Централизация. Концентрация сил против важного пункта.	2		2		
31-32	Прорыв пешечной позиции. Выигрыш темпа и цугцванг.	2		2		
33-34	Противодействие планам противника. Подсчет ходов.	2		2		
35-36	Правил квадрата. Техника расчета. Шахматный турнир. Итоговая аттестация.	2		2		
	Итого:	72				

Приложение №1. Календарно-тематический учебный график Волейбол (стартовый уровень)

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия
1-2		Сентябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Техника безопасности на спортивных играх. 2. О перемещениях волейболист 3. Обучение верхней передаче 4. Входная аттестация.
3-5		Сентябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Физическая подготовка. 2. перемещения волейболист Обучение верхней передаче 4. Учебная игра.
6-8		Сентябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Физическая подготовка. 2. перемещения волейболист Обучение верхней передаче
7-9		Сентябрь Октябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Развитие быстроты перем 2. Обучение верхней передаче 3. Обучению нижней прямой 4. Учебная игра.
10-13		Октябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Обучение верхним перед низкой стойкой и после пере 2. Обучению нижней прямо 3. Учебная игра.
14-17		Октябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Обучение верхней передаче перемещений. 2. Обучению нижней прямой 3. Изучение тактики первых передач. 4. Учебная игра.
15-17		Октябрь Ноябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Обучение приему и перед двумя руками. 2. Обучение подачи. 3. Тактика первых

18-20		Ноябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Обучениеприемуипере двумя руками. 2. Обучениеприемумячас 3. Тактикапервыхивторых
21-23		Ноябрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Обучение приему мяча с Обучение верхней передаче Ознакомлениесосновными вволейбол.
24-26		Декабрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствованиенавы передачи мяча сверху. 2. Совершенствованиенавыко подачи. 3. Физическая подг
27-29		Декабрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Обучениеприемуиперед двумяруками. 2.О
						мячасверхус подачи. 3.Тактикапервых:и вторых
30-32		Декабрь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствование навы передачимячасверхдвумя 2. Совершенствованиенавы 3. Учебнаяигра. 4. Текущаяаттестация.
33-35		Январь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Развитиебыстротыипры 2. Совершенствование навы передачимячасверхдвумя 3. Совершенствование навы
36-38		Январь	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Развитиебыстротыипры 2. Совершенствованиенавы передачимячасверхдвумя 3.Совершенствованиенавы
39-41		Январь Февраль	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствованиенавы 2. Совершенствование навы передачимячасверхдвумя 3. Совершенствованиенавы подачииприемамячаспод

42-44		Февраль	17:00-18:30	групповая	1,5	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навы передачи мяча сверху двумя 3. Тактика в торых передач.
45-47		Февраль	17:00-18:30	групповая	1,5	1. физическая подготовка. 2. Совершенствование навы передачи мяча сверху двумя 3. Тактика в торых передач.
48-49		Март	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование на в передачи мяча сверху двумя 3. Совершенствование навы прямой подачи мяча.
50-52		Март	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навы передачи мяча сверху двумя 3. Совершенствование навы прямой подачи мяча.
53-55		Март	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствование навы передачи мяча сверху двумя 2. Ознакомление с прямым ударом. 3. Учебная игра.
56-58		Апрель	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Прием и передача сверху 2. Обучение приему мяча руками. 3. Обучение прямому напад
59-61		Апрель	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Прием и передача сверху. прием мяча снизу двумя ру Обучение прямому нападаю
62-64		Апрель Май	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствование на в передачи. 2. Обучени снизу двумя руками. 3. Обуч нападающему удару.

65-67		Май	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Верхние передачи. 2. Об мяча снизу двумя руками. 3. прямо му нападающем удару
68-70		Май	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствование на вы сверху и снизу двумя руками 2. Обучение прямо му напад Подача мяча сверху прямо
71-72		Май	17:00-18:30	групповая	1,5	1. Совершенствование на вы сверху и снизу двумя руками 2. Обучение верхней прямо 3. Обучение прямо му. Итоговое занятие. Итоговая аттестация.

Приложение №2. Календарно-тематический учебный график Бадминтон (стартовый уровень)

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1-2		Сентябрь	13:00-15:00	групповая	2	“Вводное значение”. Знакомство с детьми. Входная аттестация. Инструкции по ТБ и ОТ.	Спортивный зал.	Беседа
3-4		Сентябрь	13:00-15:00	групповая	2	Специфика бадминтона как игрового олимпийского вида спорта.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
5-6		Сентябрь Октябрь	13:00-15:00	групповая	2	Развитие бадминтона в России. Федерация бадминтона России.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
7-8		Октябрь	13:00-15:00	групповая	2	Правила игры в бадминтон. Основные определения. Корт и его оборудование. Волан. Жеребьёвка. Система счета. Смена сторон. Подача волана и приём волана.	Спортивный зал.	Беседа
9-10		Октябрь Ноябрь	13:00-15:00	групповая	2	Правила поведения, обучающегося в спортивном зале на спортивной площадке на занятиях по бадминтону.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение

11-12		Ноябрь	13:00-15:00	групповая	2	Общие требования безопасности и охраны труда при проведении занятий по спортивным продвинутым играм.	Спортивный зал.	Беседа
13-14		Ноябрь	13:00-15:00	групповая	2	Первые шаги на пути к увлекательной игре “бадминтон”. Сущность игры. Ознакомление с тактическими действиями в бадминтоне.	Спортивный зал.	Беседа
15-16		Октябрь	13:00-15:00	групповая	2	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения для разминки.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение

17-18		Октябрь Декабрь	13:00-15:00	групповая	2	Подготовительные упражнения для развития быстроты передвижения. Текущая аттестация.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
19-20		Январь	13:00-15:00	групповая	2	Подготовительные упражнения для развития быстроты реакции и ловкости.	Спортивный зал.	Наблюдение
21-22		Январь Февраль	13:00-15:00	групповая	2	Подготовка к обучению технике. Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований по бадминтону.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
23-24		Февраль	13:00-15:00	групповая	2	Индивидуальные упражнения с воланом. Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	Спортивный зал.	Наблюдение
25-26		Февраль Март	13:00-15:00	групповая	2	Индивидуальные упражнения с двумя воланами.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
27-28		Март	13:00-15:00	групповая	2	Парные упражнения с воланом. Общеразвивающие упражнения для всех групп мышц. Упражнения для разминки.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
29-30		Март	13:00-15:00	групповая	2	Групповые упражнения из эстафеты.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
31-32		Апрель	13:00-15:00	групповая	2	Имитационные упражнения с ракеткой. Противостояние бадминтонистов физическому утомлению.	Спортивный зал.	Беседа
33-34		Апрель	13:00-15:00	групповая	2	Индивидуальные упражнения с ракеткой и воланом.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение

35-36		Май	13:00-15:00	групповая	2	Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих. Игра в бадминтон.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
-------	--	------------	--------------------	-----------	----------	--	-----------------	---------------------

						<u>Зачёты и контрольные испытания. Итоговая аттестация.</u>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

Приложение №3. Календарно-тематический учебный график
Настольный теннис (стартовый уровень)

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1-2		Сентябрь	15:00-17:00	групповая	2	Физическая культура и спорт в России. Развитие тенниса. Входная аттестация.	Спортивный зал.	Беседа
3-4		Сентябрь	15:00-17:00	групповая	2	Техника безопасности. Профилактика травматизма.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
5-6		Сентябрь Октябрь	15:00-17:00	групповая	2	Физиологические основы спортивной тренировки.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
7-8		Октябрь	15:00-17:00	групповая	2	Общая и специальная физическая подготовка.	Спортивный зал.	Беседа
9-10		Октябрь Ноябрь	15:00-17:00	групповая	2	Правила соревнований по настольному теннису	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
11-12		Ноябрь	15:00-17:00	групповая	2	Игровая и соревновательная подготовка.	Спортивный зал.	Беседа

13-14		Ноябрь	15:00-17:00	групповая	2	Морально-волевая и психологическая подготовка спортсмена.	Спортивный зал.	Беседа
-------	--	---------------	--------------------	-----------	----------	---	-----------------	--------

15-16		Октябрь	15:00-17:00	групповая	2	Игровая и соревновательная подготовка.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
17-18		Октябрь Декабрь	15:00-17:00	групповая	2	Планирование и спортивный учет. Текущая аттестация.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
19-20		Январь	15:00-17:00	групповая	2	Общая и специальная физическая подготовка.	Спортивный зал.	Наблюдение
21-22		Январь Февраль	15:00-17:00	групповая	2	Правил соревнований по настольному теннису	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
23-24		Февраль	15:00-17:00	групповая	2	Игровая и соревновательная подготовка.	Спортивный зал.	Наблюдение
25-26		Февраль Март	15:00-17:00	групповая	2	Самостоятельная работа.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
27-28		Март	15:00-17:00	групповая	2	Общая и специальная физическая подготовка.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
29-30		Март	15:00-17:00	групповая	2	Тактическая подготовка.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
31-32		Апрель	15:00-17:00	групповая	2	Основы методики обучения и тренировки.	Спортивный зал.	Беседа
33-34		Апрель	15:00-17:00	групповая	2	Самостоятельная работа.	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение

35-36		Май	15:00-17:00	групповая	2	Игровая и соревновательная подготовка. Контрольные испытания. Итоговая аттестация	Спортивный зал.	Беседа и наблюдение
-------	--	------------	--------------------	-----------	---	---	-----------------	---------------------

**Приложение №4. Календарно-тематический учебный график Шахматы
(стартовый уровень)**

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1-2		Сентябрь	15:00-17:00	групповая	2	Организационное занятие. Техника безопасности. Входная аттестация.	Спортивный зал.	Беседа
3-4		Сентябрь	15:00-17:00	групповая	2	Из истории шахмат.	Кабинет	Беседа и наблюдение
5-6		Сентябрь Октябрь	15:00-17:00	групповая	2	Шахматы – это спорт. Шахматы – наука, искусство	Кабинет	Беседа и наблюдение
7-8		Октябрь	15:00-17:00	групповая	2	Правила игры. Цель игры.	Кабинет	Беседа
9-10		Октябрь Ноябрь	15:00-17:00	групповая	2	Понятие о плане в игре.	Кабинет	Беседа и наблюдение

11-12		Ноябрь	15:00-17:00	групповая	2	Сравнительная сила фигур.	Кабинет	Беседа
13-14		Ноябрь	15:00-17:00	групповая	2	Влияние позиции на состояние сил. Критически опасная пешка.	Кабинет	Беседа
15-16		Октябрь	15:00-17:00	групповая	2	Ходы фигуры и их особенности.	Кабинет	Беседа и наблюдение
17-18		Октябрь Декабрь	15:00-17:00	групповая	2	Организация подвижности. Заграждение, отрезание полей. Текущая аттестация	Кабинет	Беседа и наблюдение
19-20		Январь	15:00-17:00	групповая	2	Защищающая фигура. Связка. Отсутствие времени.	Кабинет	Наблюдение

21-22		Январь Февраль	15:00-17:00	групповая	2	Форсирующиеходы.Шах.Двойнойудар.	Кабинет	Беседаи наблюдение
23-24		Февраль	15:00-17:00	групповая	2	Взятие.Превращениепешек.Угроза. Подсчет количества ударов.	Кабинет	Наблюдение
25-26		Февраль Март	15:00-17:00	групповая	2	Взаимодействиефигур.Критическиполя блокированнойпешки.	Кабинет	Беседаи наблюдение
27-28		Март	15:00-17:00	групповая	2	Нападениенанезащищенногокороля.	Кабинет	Беседаи наблюдение
29-30		Март	15:00-17:00	групповая	2	Централизация.Концентрациясилпротив важного пункта.	Кабинет	Беседа и наблюдение
31-32		Апрель	15:00-17:00	групповая	2	Прорывпешечнойпозиции.Выигрыштемпа	Кабинет	Беседа

						и цугцванг.		
33-34		Апрель	15:00-17:00	групповая	2	Противодействиепланампротивника. Подсчет ходов.	Кабинет	Беседа и наблюдение
35-36		Май	15:00-17:00	групповая	2	Правилквадрата.Техникарасчета. Шахматный турнир. Итоговая аттестация.	Кабинет	Беседа и наблюдение