МУ «Управление образования Гудермесского муниципального района»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Дом юных техников» Гудермесского муниципального района

Принята на
заседании педагогического совета
от «15» 05 2026 г.
Протокол № 3

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДЮТ
Гудермесского муниципального района
_____А.Л.Хизриев
№ 31-О «15» 05 2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 7FB6E5DD0203184DF192459B12833BEC5
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДОМ ЮНЫХ ТЕХНИКОВ" ГУДЕРМЕССКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
Действителен: с 27.08.2025 до 20.11.2026

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортландия»

физкультурно-спортивной направленности

Возрастная категория учащихся 10-12 лет.

Срок реализации программы 10 дней.

Составители:

Газимагамаев Али Вахаевич

Тарашев Асхаб Османович

Тохтабаев Умар Хамидович

педагоги дополнительного образования.

г. Гудермес

2026г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
1.1. Направленность
1.2. Актуальность программы
1.3. Отличительные особенности программы
1.4. Цель и задачи программы
1.5. Категория обучающихся
1.6. Сроки реализации и объем программы
1.7. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий
1.8. Планируемые результаты освоения программы

Раздел 2. Содержание программы
2.1. Учебный план стартового уровня
2.2. Содержание учебного плана стартового уровня
2.3. Учебный план базового уровня
2.4. Содержание учебного плана базового уровня
2.5. Учебный план продвинутого уровня
2.6. Содержание учебного плана продвинутого уровня

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы
4.1. Материально-техническое обеспечение программы
4.2. Кадровое обеспечение программы
4.3. Учебно-методическое обеспечение

Список литературы

Календарный учебный график

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

Нормативно-правовыми и экономическими основаниями проектирования и реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями, приказ Минпросвещения РФ от 2 февраля 2021 г. N 38, (изменения вступают в силу с 25 мая 2021 г.);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»:
-Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа «Спортландия» имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.3. Актуальность программы.

Актуальность программы обусловлена необходимостью укрепления здоровья, развития физических способностей и двигательных навыков учащихся. Программа содержит направления деятельности, отвечающие современным требованиям и условиям образования:
- оздоровление учащихся;
- трудовая деятельность (занятость детей в летний период);
- организация досуга.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит: в повышении двигательной активности учащихся; в развитии двигательных качеств: ловкости, гибкости, быстроты, специальной выносливости; в повышении функциональных возможностей организма, то есть Программа отвечает потребности общества в формировании здоровой, творческой личности.

1.4. Отличительные особенности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортландия» является модифицированной. В ходе разработки данной программы были проанализированы авторские программы данного направления, в частности Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» Чистякова О.Э. Отличительная особенность программы в многообразии видов активной познавательной деятельности, учащихся включающих изучение подвижных и народных игр на занятиях.

1.5. Цель и задачи программы.

Цель - Формирование у обучающихся навыков физической культуры, формирование стремления к здоровому образу жизни.

Основные задачи программы:

Личностные

- Дать знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек.
- Развивать способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и культурно-массовые мероприятия.
- Формировать умение оценивать ситуацию и находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время игровой деятельности.
- Формировать умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям.
- Развивать способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий.
- Формировать навыки планирования своего режима дня, обеспечение оптимального сочетание нагрузок и отдыха.
- Формировать умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду
- Формировать умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим
- Овладеть приемами самоконтроля, методами определения функционального состояния организма.

Метапредметные

- Способствовать восприятию физической культуры как явления, способствующего формирование здорового образа жизни учащихся.
- Воспитывать бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих.
- Воспитывать добросовестное отношение к выполнению заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений.
- Развивать умение работать самостоятельно и помогать друг другу при выполнении и сложных упражнений.
- Формировать умение обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.
- Способствовать формированию адекватных норм поведения в соревновательной и повседневной деятельности.
- Формировать ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отвечать за результаты собственной деятельности.

Предметные

- Формировать способность преодолевать трудности, выполнять задания по технической и физической подготовке.
- Выполнять упражнения координационной, ритмической и пластической направленности.
- Развивать физические качества.
- Формировать умение выполнять в группе различные социальные роли.

- Развивать и совершенствовать физические качества.
- Формировать способность самостоятельно проводить занятия с группой
- Развивать и совершенствовать физические качества.
- научить правилам подвижных игр и основным приёмам спортивных игр;

1.6. Категория учащихся.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: от 10 до 12 лет.

В коллектив могут быть приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью (мальчики и девочки). Условия формирования групп: в группу могут приниматься учащиеся как одного возраста, так и разновозрастные.

Так же при наличии свободных мест на обучение может быть зачислен ребенок другой возрастной категории, проявляющий желание и способности к обучению.

1.7. Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы - 10 дней.

Объем программы- 30 часов.

1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Учебные занятия проводятся в форме беседы, игры, практического занятия, соревнований.

Планируя игры и определяя их объем, необходимо учитывать:

- особенности состава обучающихся данного объединения (возраст, пол, общая физическая подготовленность);
- условия проведения занятий (наличие и размер зала, площадки, наличие оборудования и инвентаря, природные и климатические условия, сезонность);
- основные учебно-воспитательные задачи и другие средства физического воспитания обучающихся данного объединения.

Распределение игр по группам необходимо считать условным, так как одна и та же игра с изменением правил и видов передвижений с дополнительным материалом может быть применена во всех группах.

Распределяя материал по занятиям, учитываются основные дидактические принципы: систематичность, доступность, прочность.

Наполняемость группы – до 15 человек.

Периодичность проведения занятий: 3 часа в день 10 дней.

Состав группы постоянный, набор детей свободный.

1.9. Планируемые результаты и способы их проверки

Личностными результатами освоения, обучающимися программы, являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;

- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Метапредметными результатами освоения, обучающимися программы, являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами освоения, учащимися программы являются следующие умения:

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий спортивными играми;
- правильно выполнять технические приемы спортивных игр, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх;
- организовывать собственный досуг и досуг друзей (родственников) с помощью подвижных игр;
- бережно обращаться с инвентарѐм и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- взаимодействовать со сверстниками во время учебных игр или соревнований;
- в доступной форме объяснять правила игр или технику выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- Получат возможность научиться:
- планировать и проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями и занятия спортивными и подвижными играми;
- применять средства физической культуры в целях организации активного отдыха;
- вести здоровый образ жизни, применяя в целях самосовершенствования, саморазвития, укрепления здоровья средства физической культуры и спорта.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	итого	

Раздел I. Вводное занятие. (1 час)					
1	Вводное занятие.	1	0	1	Опрос, наблюдение
Раздел II Подвижные игры. (15 часов)					
2	Тема: Игры с бегом	1	1	2	Опрос, наблюдение
3	Тема: Игры с прыжками	1	2	3	Опрос, наблюдение
4	Тема: Игры с мячом	1	2	3	Опрос, наблюдение
5	Тема: Эстафеты	2	4	6	Опрос, наблюдение, диагностика
Раздел III. Спортивные игры (9 часов)					
7	Тема: Баскетбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола.	1	2	3	Опрос, наблюдение, Результаты игры
8	Тема: Пионербол. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.	1	2	3	Опрос, наблюдение, Результаты игры
9	Тема: Футбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола.	2	4	6	Опрос, наблюдение, Результаты игры
Подведение итогов (3 часа)					
10	Итоговое занятие Игра-рефлексия	0	3	3	Тест
	ИТОГО:	10	20	30	

2.2. Содержание учебного плана.

Раздел I. Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности. Содержание занятий. Здоровье человека и значение игр в физическом развитии человека. Организация самостоятельных игр и самостоятельных занятий физическими упражнениями. Способы оценки собственных достижений. Контроль за уровнем нагрузки во время занятий физическими упражнениями и подвижных игр. Правила взаимодействия с участниками игровой деятельности во время занятий, а также самостоятельно организованной игровой деятельности.

Практика. Тренинги на знакомство.

Раздел II Подвижные игры.

1.**Тема: Игры с бегом**

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Игры: «Полоса препятствий», «Гуси – лебеди», «Третий лишний» и т.д..

Практика: Разучивание игр. Проведение игр.

Игры: «Полоса препятствий», «Гуси – лебеди», «Третий лишний» и т.д..

2. Тема: Игры с прыжками

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Игры: «Резиночки», «Кочки», «Упражнения со скакалкой» и т.д.

Практика: Разучивание игр. Проведение игр.

Игры: ««Резиночки», «Кочки», «Упражнения со скакалкой» и т.д.

3. Тема: Игры с мячом.

Теория: Знакомство с содержанием игры. Объяснение содержания игры. Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

Игры: «Мячик», «Мяч по полу», «Кто меткий?», «Метко в цель», «Бегуны и метатели», «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей», «Мяч соседу», «Подвижная цель»

Комплекс ОРУ с мячом для развития гибкости. Игры: «Передал – садись», «Свечи», «Охотники и утки», «Сбей мяч», «Рак пятится назад», «Скорый поезд», «Не упусти мяч», «Мячик кверху», «Свечи ставить»

Комплекс ОРУ с мячом для развития силы мышц. Игры: «Перебрасывание мяча», «Зевака», «Летучий мяч», «Выбей мяч из круга», «Защищай город», «Гонка мячей», «Попади в цель», «Русская лапта»

Практика: Разучивание игр. Проведение игр.

Игры: «Мячик», «Мяч по полу», «Кто меткий?», «Метко в цель», «Бегуны и метатели», «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей», «Мяч соседу», «Подвижная цель»

4.Тема: Эстафеты

Теория: Знакомство с содержанием эстафет. Объяснение содержания эстафет. Объяснение правил эстафет. Обсуждение эстафет.

Комплекс ОРУ для развития гибкости. Эстафеты: Беговая эстафеты, эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками), эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия, «Весёлые старты», «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» и т.д.

Комплекс ОРУ для развития силы мышц. Эстафеты: «Весёлые старты», «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» и т.д.

Практика: Разучивание эстафет. Проведение эстафет.

Эстафеты: эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)

эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия

«Весёлые старты» «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» и т.д.

Раздел III. Спортивные игры

1. Тема: Баскетбол

Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола

1. «10 передач»

Теория: Подготовка. Учащиеся делятся на две равные команды. Капитаны становятся в центре как при сбрасывании в баскетболе.

Содержание игры. По сигналу учителя мяч сбрасывается и необходимо выбить мяч так, чтобы его поймал игрок твоей команда, а потом надо успеть сделать 10 передач (подряд) так, чтобы игроки противоположной команды не забрали мяч.

Правила. Игра начинается по сигналу педагога. Выигрывает та команда, которая сделает 10 передач. Надо сделать 10 передач и ударить мяч об щит.

Практика: Разучивание и проведение игры.

2. «Мяч капитану»

Теория: Подготовка. Играющие делятся на две равные команды; в каждой выбирают капитана и ловца. У центрального круга становятся капитаны.

Содержание игры. По сигналу руководителя мяч выбрасывается на площадку. Завладев мячом, игроки каждой команды, стремятся путем передач подвести мяч как можно ближе к своему ловцу и бросить ему мяч так, чтобы он поймал его на лету. Когда ловец одной из команд поймает мяч на лету, игра начинается снова с центра площадки, а за ловлю мяча ловцом команда получает очко. Выигрывает команда, получавшая больше очков.

Правила игры. 1. Бегать с мячом не разрешается, игрок может сделать не более двух шагов, а на 3-ем передать мяч. 2. Мяч считается пойманным, если ловец поймал его с воздуха или после отскока от противника. 3. Если два игрока одновременно схватят мяч, дается спорный мяч.

Практика: Разучивание и проведение игры.

3. «Рывок за мячом»

Теория: Подготовка. Играющие делятся на две равные команды, которые выстраиваются в шеренгу на одной стороне площадки. Каждая команда рассчитывается по порядку номеров. Перед командами проводится стартовая черта. Руководитель с мячом в руках становится между командами.

Содержание игры. Называя любой номер, руководитель бросает мяча вперед как можно дальше, игроки, имеющие это номер, бегут к мячу. Кто раньше коснется мяча рукой, тот приносит команде очко. После этого возвращается мяч руководителю, который снова бросает его, вызывая новый номер. Команда, набравшая больше очков, считается победительницей.

Правила игры. 1. Начинать бег можно с высокого или низкого старта. 2. Если два игрока коснулись мяча одновременно, каждая команда получает по очку.

Практика: Разучивание и проведение игры.

4. «Пятнашки»

Теория: Игроки становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их носками чертится линия. В центре круга 2-4 водящих. Если играют не более 10 человек, то выбирают одного водящего, стоящие по кругу получают мяч. Игроки перекидывают мяч по воздуху и перекатывают его по земле так, чтобы водящие не смогли до него дотронуться. Задача водящих – схватить мяч или запятнать его. Если кому-либо из них

удается, то на его место идет игрок, при броске которого мяч был запятнан. А водящий становится на его место.
Практика: Разучивание и проведение игры.

2. Тема: Пионербол

Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола

1. «Мяч над головой»
Теория: Учащиеся делятся на команды с равным числом игроков. Время игры – обычно 1–1,5 мин. – сообщается заранее. Одновременно могут играть две, четыре команды и более. Игроки каждой команды произвольно располагаются на отведенной им части площадки и берут мячи. Каждая команда выбирает одного человека, который будет контролировать игру команды-соперницы. По сигналу учителя все играющие начинают выполнять верхнюю передачу над собой. Ученик, уронивший мяч или поймавший его, либо нарушивший правила, выбывает из игры и садится на скамейку запасных. Побеждает команда, у которой после сигнала об окончании игры на площадке осталось больше игроков.
Правила: не разрешается заступать на площадку команды соперников. Не разрешается ловить мяч.
Практика: Разучивание и проведение игры.

2. «Прими подачу»
Теория: Участники делятся на две команды. Первая произвольно располагается на одной стороне волейбольной площадки. Игроки второй встают на другой стороне площадки за лицевой линией в одну шеренгу, а ее направляющий получает волейбольный мяч. По сигналу игрок второй команды выполняет подачу через сетку. Любой игрок первой команды должен принять подачу и выполнить передачу одному из своих товарищей, а тот – поймать мяч. Если это ему удается, первая команда получает одно очко. Когда все игроки второй команды выполнят подачу, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков.
Правила:
1. Подача выполняется только по сигналу учителя.
2. При неудачной подаче первая команда тоже получает очко.
3. За каждую принятую подачу с последующей передачей и ловлей мяча первой команде присуждают очко.
4. После приема мяча первая команда передает мяч второй под сеткой.
5. Игроки второй команды выполняют по одной подаче, соблюдая очередность.
6. Подачу можно выполнить любым волейбольным способом.
Практика: Разучивание и проведение игры.

3. Эстафета «Бег с волейбольным мячом».
Теория: Участники игры стоят в колонне, у №1 эстафетная палочка – волейбольный мяч. Напротив, колонны на расстоянии 20 м. лежит обруч, который служит ориентиром. Первый участник бежит к ориентиру, оббегает его, возвращается к команде и передает

эстафетную палочку второму участнику. Эстафета заканчивается, когда последний участник передаст мяч капитану команды, т.е. участнику под №1.
Практика: Разучивание и проведение игры.

3. Тема: Футбол
Подвижные игры с элементами футбола
1. «Подвижная цель»
Теория: Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий - в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становятся водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг. Мячом можно ударять только в ноги водящего.
Практика: Разучивание и проведение игры.

2. «Ведение мяча парами.»
Теория: Дети делятся по двое. У одного из них - мяч. Он ведет мяч ногой по прямой, а другой бежит рядом без мяча меняя темп бега. Ведущий мяч должен не отставать от партнера. Через несколько минут дети меняются ролями.
Практика: Разучивание и проведение игры.

3. «Гонка мячей»
Теория: Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого - по мячу. После сигнала, воспитателя все ведут мяч ногой, стараясь не сталкиваться друг с другом.
Вариант. То же, но по первому сигналу воспитателя игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу – в медленном.
Практика: Разучивание и проведение игры.

Тема. Итоговое занятие.
Теория: тест.
Практика: самостоятельное проведение игры.
Игра-рефлексия

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.
Оценочный материал по программе.
Диагностика обучающихся осуществляется в конце реализации программы по двум показателям:
Теоретическая подготовка (знания игр по темам программы - тест)

- Низкий уровень (1балл) - обучающийся не справляется с тестированием т.е правильных ответов не более чем 1-2 вопросов теста, его объём знаний по программе менее чем ½.
- Средний уровень (2 балла) - обучающийся ответил на 3-4 вопроса, его объём знаний по программе составляет более ½.
- Высокий уровень (3 балла) - обучающийся справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов значит освоен практически весь объём знаний по программе.

Практическая подготовка

- Наблюдение осуществляется в течении всего периода с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.
- Самостоятельное проведение игр проводится в конце как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого обучающегося.

- Низкий уровень (1 балл) - обучающийся не может самостоятельно провести игру т.к. не может объяснить содержание и правила игры или отказывается проводить игру
- Средний уровень (2 балла) - обучающийся проводит самостоятельно игру, используя алгоритм проведения игр и помощь педагога, т.к затрудняется в объяснениях содержания и правил игры
- Высокий уровень (3 балла) - обучающийся без замечаний, без помощи педагога самостоятельно проводит игру, используя алгоритм проведения игр, считалки, вовлекая всех ребят в игру

Все баллы суммируются и выводятся в общий балл.
Методы отслеживания результатов обучения и воспитания:
открытое педагогическое наблюдение;
оценка продуктов творческой деятельности детей.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

4.1. Материально-технические условия реализации программы.

-Мячи по видам спорта
-Скакалки
-Обручи
-Кегли
-Эстафетные палочки
-Секундомер.
-Свисток.
-Аптечка

4.2. Кадровое обеспечение программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Педагогические технологии:

- технологии развивающего обучения, направленные на общее целостное развитие личности, на основе активно-деятельного способа обучения, учитывающие закономерности развития и особенности индивидуума;
- технологии личностно-ориентированного обучения, направленные на развитие индивидуальных познавательных способностей каждого ребенка, максимальное выявление, раскрытие и использование его опыта;

- технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие обучение каждого обучающегося на уровне его возможностей и способностей;
- технологии сотрудничества, реализующие демократизм, равенство, партнерство в отношениях педагога и обучающегося, совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества, сотворчества.

Методы обучения:

Учебное занятие можно проводить как с использованием одного метода обучения, так и с помощью комбинирования нескольких методов и приемов.
Целесообразность и выбор применения того или иного метода зависит от задач, поставленных при изучении темы. Выбор метода определяется также с учетом возможностей учащихся, специфики изучения данного образовательного предмета, направления деятельности, возможностей материально-технической базы.
При реализации программы используются различные методы обучения:
- специфические – характерные только для процесса физического воспитания;
- общепедагогические, которые применяются во всех случаях обучения и воспитания.
К специфическим методам физического воспитания относятся:
1) методы строго регламентированного упражнения;
2) игровой метод (использование упражнений в игровой форме);
3) соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);
С помощью этих методов решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения физических упражнений воспитанием физических качеств.
Общепедагогические методы включают в себя:
- словесные методы;
- методы наглядного воздействия
- объяснительно-иллюстративный (беседы, рассказы)

Формы проведения занятий:

- лекция;
- проверка и коррекция знаний и умений;
- беседа;
- соревнование;
- организационно-деятельностные игры;

Список литературы:

Литература, используемая при составлении программы

1. В.И. Ляха. Рабочие программы Физическая культура 1-11 классы: М. «Просвещение», 2011
2. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
3. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.
4. И.Осокина Т.И., Детские подвижные игры. - М., 1989.
5. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. - М., 1984.

Литература для педагога

1. С.В. Кульневич, Т.П.Лакоценина, «Воспитательная работа в начальной школе» - ТЦ «Учитель», Воронеж. 2006.
2. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры»- Мир Книги, Москва. 2003.
3. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва ,2000.
4. Былеев Jl.В., Сборник подвижных игр. - М., 1990.
5. Васильков Г.А., От игр к спорту. - М., 198
6. Глязер С., Зимние игры и развлечения, - М., 1993.
7. Железняк М.Н., Спортивные игры. 2001.
8. Ю.Жуков М.Н., Подвижные игры. - М., 2000
9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. - М.,1991
10.Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. - М., 1986.
11.И.Осокина Т.И., Детские подвижные игры. - М., 1989.
12. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. - М., 1984.

Литература для обучающихся

1. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 1999.
2. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991.
3. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000.
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.
5. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1989

Приложение 1.

Календарный учебный график

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формат проведения занятий	Форма контроля
1	Июнь	8	9:00-11:10	3	Вводное занятие.	Фронтальная Групповая	Беседа
2	Июнь	9	9:00-11:10	3	Тема: Игры с бегом	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение
3	Июнь	10	9:00-11:10	3	Тема: Игры с прыжками	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение
4	Июнь	11	9:00-11:10	3	Тема: Игры с мячом	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение
5	Июнь	13	9:00-11:10	3	Тема: Эстафеты	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение, диагностика
6	Июнь	15	9:00-11:10	3	Тема: Баскетбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола.	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение, Результаты игры
7	Июнь	16	9:00-11:10	3	Тема: Пионербол. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение, Результаты игры
8	Июнь	17	9:00-11:10	3	Тема: Футбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола.	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение, Результаты игры

9	Июнь	18	9:00-11:10	3	Тема: Футбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола.	Фронтальная Групповая	Опрос, наблюдение, Результаты игры
10	Июнь	19	9:00-11:10	1 2	Итоговое занятие Игра-рефлексия	Фронтальная	Тест

Приложение 2
к дополнительной общеразвивающей программе
«Спортландия»

Тестовые задания. Теоретическая подготовка.

1 **К Олимпийским видам спорта не относится:**
- биатлон
+ айскреш
- художественная гимнастика
- кёрлинг

2.Какой город считается местом зарождения Олимпийские игр?
- Барселона
- Люксембург
+ Афины
- Лондон

3.В начале занятий по физической культуре следует:
- плотно подкрепиться
- переодеться в спортивную одежду
- приготовить спортинвентарь
+ сделать разминку

4.Сколько человек от каждой команды допускается к выходу на игровое поле в волейболе?
- четыре
- пять
+ шесть
- семь

5.Упражнения, целью которых является профилактика и коррекция нарушений осанки, – это … :
- «березка» и «велосипед»
- «лодочка»
- прыжки на скакалке
+ упражнения с задействованием гимнастической палки

6.Что является главной составляющей подготовки любого спортсмена?
- индивидуальная разминка
+ комплексная тренировка
- здоровый сон, полноценное питание
- допинг

7.Умение выполнять тренировки с максимальной частотой – это …
- выносливость
- гибкость
+ скорость
- ловкость

8.Какое название имеет русская спортивная игра, атрибутами которой являются мяч и бита?
- бейсбол
+ лапта
- поло
- регби

9.Что такое физическая культура?
- школьный предмет, направленный на воспитание физических качеств, силы и здоровья
+ часть культуры общества и человека, направленная на укрепление организма
- комплекс упражнений для развития физических способностей
- обучение гигиеническим качествам и силовым упражнениям

10. С чего начинается игра «волейбол»?
+ со свистка судьи
- с гонга
- с крика болельщиков
- с момента готовности команд

11.Как называется гимнастический снаряд, с помощью которого выполняется опорный прыжок?
+ козел
- мат
- брусья
- планка

12.Гиподинамия возникает в результате:
- нехватки дыхания
- недостачи витаминов в организме
+ снижения двигательной активности
- низкого артериального давления