

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия «Исток»

Утверждено
на заседании педагогического совета
Протокол № 5
от «23» мая 2025 года

Утверждаю
Приказ №258 от 23.05.2025г.
Директор МАОУ «Гимназия «Исток»
С.В. Гулак /



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
ознакомительного уровня

«Спортивные игры»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации программы: 9 месяцев

Автор - составитель:
Поболь Н. К., педагог дополнительного образования

Великий Новгород
2025 год

РЕЦЕНЗИЯ _____ ФИО _____
_____ должность
_____ дата

СОГЛАСОВАНО  Баркалова Л.В.
Подпись ответственного лица МАОУ «Гимназия «Исток»
23.05.2025

Сведения о внесении изменений в программу:
23.05.2025
Внесенные в программу
Изменения рассмотрены педагогическим советом
протокол № 5 от 23.05.2025

Структура программы

| № | Разделы программы | стр. |
|-----------|---|--------------|
| | Титульный лист | 1-2 |
| | Структура программы | 3 |
| 1. | Комплекс основных характеристик программы | 4-11 |
| 1.1. | Пояснительная записка | 4-5 |
| 1.2. | Цель и задачи программы | 5 |
| 1.3. | Содержание программы | 6-8 |
| 1.4. | Планируемые результаты | 8-10 |
| 2. | Комплекс организационно-педагогических условий | 10-12 |
| 2.1. | Календарный учебный график | 10 |
| 2.2. | Условия реализации программы | 10 |
| 2.2.1 | Кадровое обеспечение программы | 10 |
| 2.2.2. | Материальное обеспечение программы | 11 |
| 2.2.3. | Формы аттестации | 11 |
| 2.2.4. | Методическое обеспечение программы | 11 |
| 2.2.5. | Список литературы для педагога | 11-12 |
| 2.2.6. | Список литературы для учащихся | 12 |
| 3. | Приложение | 12-16 |
| | Приложение 1. Календарно - тематический план | 12-16 |
| | Приложение 2. План воспитательной работы | 16 |

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» **физкультурно-спортивной направленности ознакомительного уровня.**

Программа разработана в соответствии с нормативными требованиями на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указа Президента РФ от 09.11.2022 N 809"Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27июля 2022 года № 629;
- Постановления 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 (с изменениями Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №2 от 17.03.2025);
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые);
- Письма Минпросвещения России от 27.03.2023 N 06-545 "О направлении информации»;
с учетом:
 - Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и Плана мероприятий по ее реализации»;
 - Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
 - Устава МАОУ Гимназия «Исток»;
 - ПОЛОЖЕНИЯ о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ для детей муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Гимназия «Исток» утвержденного приказом директора № 171 от «11» апреля 2025г.

Актуальность данной программы заключается в том, что она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. Она направлена на удовлетворение потребностей школьников в активных формах двигательной деятельности. Данная программа ориентирована на то, чтобы дети получили базовую общую физическую подготовку, а также начальные технико-тактические знания и умения для игры в футбол, волейбол, бадминтон, настольный теннис. Программа «Спортивные игры» предоставляет возможности детям, достигшим 10-17 летнего возраста, имеющим разный уровень владения навыками спортивных игр и различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям спортивными играми, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Новизна программы заключается в том, что в данную программу включено большое количество видов спорта: волейбол, футбол, бадминтон, настольный теннис. Учащиеся могут попробовать себя в каждом виде спорта, а также выступить в роли судьи в спортивных играх, рассматриваемых данной программой. Программа рассчитана на высокую двигательную активность на занятиях.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в реализации потребности школьников заниматься различными спортивными играми, и обусловлена наличием групп детей, имеющих различный уровень мотивации, интереса к занятиям футболом, волейболом, бадминтоном, настольным теннисом и желание принимать участие в спортивной жизни гимназии и города.

Отличительной особенностью данной программы является то, что в программу положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по футболу, волейболу, бадминтону, настольному теннису отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Программа адресована детям от 10 до 17 лет. Для обучения принимаются все желающие без предъявления требований к уровню подготовки.

Численный состав объединений 12-15 человек, характер состава постоянный, одно- или разновозрастной.

Объем, сроки, режим освоения программы:

Учебно-воспитательный процесс осуществляется в очном формате 9 месяцев. Общая продолжительность обучения составляет 36 часов.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Формы обучения и виды занятий:

Основная форма работы – групповая. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к учащимся, так как в связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной. Виды занятий: групповые работы, игры, соревнования, практические занятия.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования навыков здорового образа жизни через знакомство с простейшими игровыми приемами в различных спортивных играх, повышение уровня общей и специальной физической подготовки, игровой и соревновательной деятельности.

Задачи:

обучающие:

- сформировать у учащихся базовые игровые навыки в игровой практике;
- освоить элементарные технические приемы в спортивных играх;
- освоить простейшие тактические приемы в спортивных играх.

развивающие:

- укреплять здоровье учащихся;
- развивать самостоятельность;
- развивать навыки осознанного отношения к своему здоровью;
- развивать умения анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других обучающихся;
- развить пространственное мышление.

воспитательные:

- воспитывать интерес к систематическим занятиям спортивными играми;
- показывать важность коллективной и индивидуальной работы;
- воспитывать интерес к организации и проведению тренировочных занятий и соревнований.
- формировать самоопределение и социализацию детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и

государства.

1.3. Содержание программы

Учебный план

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | |
|---------------|---|------------------|-------------|--------------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | Волейбол. | 16 | 1 | 15 |
| 2. | Футбол. | 6 | 1 | 5 |
| 3. | Бадминтон. | 8 | 1 | 7 |
| 4. | Спортивно-массовые комплексные мероприятия. | 6 | 0 | 6 |
| Итого: | | 36 ч. | 3 ч. | 33 ч. |

Учебно-тематический план

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации, контроля |
|---------------|---|------------------|-------------|--------------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Волейбол. | 16 | 1 | 15 | Наблюдение, устный опрос, Стартовое, промежуточное и итоговое тестирование |
| 2. | Футбол. | 6 | 1 | 5 | Наблюдение, устный опрос, Стартовое, промежуточное и итоговое тестирование |
| 3. | Бадминтон. | 8 | 1 | 7 | Наблюдение, устный опрос, Стартовое, промежуточное и итоговое тестирование |
| 4. | Спортивно-массовые комплексные мероприятия. | 6 | 0 | 6 | Контрольные игры и соревнования |
| Итого: | | 36 ч. | 3 ч. | 33 ч. | |

Содержание

Тема 1. Волейбол. (16 часов)

Теория (1 час): История развития волейбола: возникновение волейбола; первые правила. Образование клубов и федераций. Развитие правил игры. Правила игры в волейбол.

Практика (15 часов): Стойка волейболиста. Перемещение. Нижний прием мяча. Развитие координационных способностей. Перемещение. Нижний прием мяча. Развитие

координационных способностей. Нижний прием мяча. Перемещение. Верхний прием мяча. Перемещение. Верхний прием мяча.

Верхний прием мяча. Нижняя прямая подача. Отработка в парах: верхний и нижний прием мяча. Прямая подача сверху.

Волейбол: нижняя прямая подача; верхняя прямая подача; прием и передача мяча двумя руками снизу; прием и передача мяча сверху двумя руками; передача мяча сверху двумя руками назад; передача мяча в прыжке; прием мяча сверху двумя руками с перекатом на спине; прием мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону; прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование в прыжке с места; тактические действия: передача мяча из зоны защиты в зону нападения. Игра по правилам нижняя прямая подача; верхняя прямая подача; прием и передача мяча двумя руками снизу; прием и передача мяча сверху двумя руками; передача мяча сверху двумя руками назад; передача мяча в прыжке; прием мяча сверху двумя руками с перекатом на спине; прием мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону; прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование в прыжке с места; тактические действия: передача мяча из зоны защиты в зону нападения. Игра по правилам.

Развитие быстроты. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий (прыжки вверх, назад, вправо, влево; приседания и т.д.). Ускорение с изменением направления движения. Бег с максимальной частотой (темпом) шагов с опорой на руки и без опоры. Выпрыгивание вверх с доставанием ориентиров левой (правой) рукой. Челночный бег (чередование прохождения заданных отрезков дистанции лицом и спиной вперед). Бег с максимальной скоростью с предварительным выполнением многоскоков. Передвижения с ускорениями и максимальной скоростью приставными шагами левым и правым боком. Ведение баскетбольного мяча с ускорением и максимальной скоростью. Прыжки вверх на обеих ногах и на одной ноге с места и с разбега. Прыжки с поворотами на точность приземления. Прием-передача мяча сверху и снизу, подача мяча, нападающий удар.

Тема 2. Футбол. (6 часов)

Теория (1 час): История развития футбола: возникновение футбола; первые правила. Образование клубов и федераций.

Практика (5 часов): Основные техники и тактики игры:

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу;

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнеров. Обманные движения (финты) Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом.

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперед на 5 м. Несколько

игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тема 3. Бадминтон. (8 часов)

Теория (1 час): История развития бадминтона. Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по бадминтону. Знакомство с бадминтоном, история возникновения и развития. Знакомство с правилами игры в бадминтон. Правила игры в бадминтон. Разметка площадки. Правила соревнований. Организация и проведение соревнований по бадминтону.

Практика (7 часов): Основные техники и тактики игры. Техника бадминтона, способы хватки ракетки, стойки бадминтониста. Техника ударов снизу. Техника ударов сверху. Техника подач. Техника выполнения плоских ударов. Техника ударов у сетки. Техника передвижений. Двухсторонняя игра.

Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная подготовка бадминтониста (СФП). Упражнения для развития гибкости, прыгучести, быстроты. Игры на развитие скоростных качеств. Основные стойки и перемещения в них (при подаче, приеме подачи, удара). Хват бадминтонной ракетки, держание волана. Способы перемещения. Упражнения с ракеткой: «восьмерки», махи. Подача. Жонглирование на разную высоту с перемещением. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки. Имитация техники ударов справа, слева, снизу. Изучение и совершенствование техники выполнения ударов слева, слева, сверху открытой стороной. Игры с элементами бадминтона

Парные игровые упражнения. Перекидывание волана в парах. Совершенствование техники бросков по разным траекториям. Совершенствование техники парных игровых упражнений. Парные и групповые игровые упражнения с ракеткой и воланом. Парные эстафеты с ракеткой и воланом.

Тема 4. Спортивно-массовые комплексные мероприятия. (6 часов)

Практика (6 часов): Школьные соревнования - самая действенная мера повышения физической подготовленности школьника. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования морально-волевых качеств и черт характера. Спортивные мероприятия используются для проверки качества учебно-тренировочной и воспитательной работы. В данной программе соревнованиям, по представленным видам спорта, уделяется много внимания, именно в них учащийся может продемонстрировать ранее изученный программный материал.

1.4. Планируемые результаты

| | Планируемые результаты | Показатели | Формы оценки |
|-------------------|---|--|---------------------|
| Личностные | <ul style="list-style-type: none"> - определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); - формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека; - формирование потребности ответственного | <ul style="list-style-type: none"> - проявление ответственности и самодисциплины при столкновении с трудностями во время занятий; - самостоятельность в приобретении новых знаний. | Наблюдение |

| | | | |
|-----------------------|---|---|-----------------------------------|
| | <p>отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью. | | |
| Метапредметные | <ul style="list-style-type: none"> - способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми; - умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье; - способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность; - умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья; - формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими. | <ul style="list-style-type: none"> - владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний; - владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств; | Наблюдение |
| Предметные | <p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности воздействия двигательной активности на организм человека; - правила оказания первой помощи; - способы сохранения и укрепление здоровья; - влияние здоровья на успешную учебную деятельность; - значение физических упражнений для | <ul style="list-style-type: none"> - умение использовать разнообразные формы и виды физической деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга; - владение физическими упражнениями | Наблюдение, выполнение упражнений |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>сохранения и укрепления здоровья; должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; - выполнять физические упражнения для развития физических навыков; - заботиться о своем здоровье. | <p>разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности. | |
|--|---|--|--|

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

| Срок обучения | Дата начала обучения | Дата окончания обучения | Всего учебных недель | Всего учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|---------------|----------------------|-------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|---------------------------|
| 9 месяцев | 01.09.2025 | 31.05.2026 | 36 | 36 | 72 | 2 раза в неделю по 1 часу |

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Кадровое обеспечение программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, обладающим профессиональными компетенциями в области: умения ставить цели и задачи в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся, умения перевести тему занятия в педагогическую задачу, вовлечь обучающихся в процесс формулирования целей и задач, мотивирования обучающихся создавать ситуации, обеспечивающие успех в учебной деятельности, создавать условия обеспечения позитивной мотивации обучающихся, адекватно подбирать приемы и методы работы в рамках одного занятия или цикла занятий, принимать решения в педагогических ситуациях, реализовать педагогическое оценивание.

2.2.2. Материальное обеспечение программы

Лекционный материал:

- Беседы о волейболе;
- Беседы о футболе;
- Беседы о бадминтоне;
- Беседы о настольном теннисе.

Материально-техническое оснащение занятий:

- спортивный зал;
- стойки для обводки – 6 шт.;
- гимнастическая стенка – 4 шт.;
- гимнастические скамейки – 8 шт.;
- скакалки – 30 шт.;
- мячи набивные (1 кг., 2 кг., 3 кг. массы) – 10 шт.;
- мячи футбольные – 15 шт.;
- волейбольная сетка – 1 шт.;
- волейбольные мячи – 10 шт.;
- бадминтонные ракетки – 8 шт.

Инструменты и приспособления:

- насос ручной со штуцером – 2 шт.;

2.2.3. Формы аттестации

Способы оценки результативности освоения программы.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения проходит через участие в школьных и городских соревнованиях, турнирах, спортивных играх.

Формы текущего контроля – наблюдение.

Форма аттестации. Форма демонстрации образовательных результатов – проведение мониторинга (прием спортивных нормативов).

Критерии оценки выполнения нормативов:

- **«Зачтено»** ставится при выполнении всех критериев, указанных в нормативах по виду спорта в соответствии с единицей измерения.
- **«Не зачтено»** ставится при невыполнении одного и более критерия, указанных в нормативах по виду спорта в соответствии с единицей измерения.

При оценке умений и навыков педагог обращает основное внимание на правильность и качество выполненных упражнений, учитывая индивидуальные особенности, психофизические качества каждого ребенка.

2.2.4. Методическое обеспечение программы

Методы – применяемые при подготовке к занятиям, подразделяются на словесные (беседа, обсуждение), наглядные (демонстрация учителем приемов работы), практические (выполнение упражнений, приобретение навыков, овладение приемами работы).

2.2.5. Список литературы для педагога

1. Кузнецов В.С. Спортивная деятельность учащихся. Баскетбол. 2013.-113с.
2. Ларионов Г. Как играть в баскетбол, волейбол и футбол.
3. Гатман Б., Финнеган Т. Все о тренировке юного баскетболиста. Издательство АСТ, 2007.
4. Нестеровский Д.И. Теория и методика обучения спортивным играм. Учебное пособие. — 3-е изд., стер. — М.: Академия, 2007.
5. Киселев П.А. Подвижные и спортивные игры с мячом. Издательство Планета – 2015. – 76 с.

6. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе. Программы, рекомендации. 2014. – 168с

2.2.6. Рекомендуемый список литературы для обучающихся

1. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра: Книга для учащихся сред. и ст. классов.
2. Ивойлов А.В. Волейбол для всех / А.В. Ивойлов.
3. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. Р-на Д., 2004.

3. Приложение

Приложение 1

Календарно - тематический план

| № п/п | Месяц | Темы занятия | Форма | Кол-во часов | Место проведения | Форма контроля |
|-------|----------|--|---------------------------------|--------------|-------------------------------|------------------------|
| 1 | Сентябрь | Возникновение волейбола. Первые правила. Образование клубов и федераций. Развитие правил игры. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 2 | Сентябрь | Правила игры в волейбол. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 3 | Сентябрь | Стойка волейболиста. Перемещение. Нижний прием мяча. Развитие координационных способностей. | Групповое занятие, тестирование | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Стартовое тестирование |
| 4 | Сентябрь | Стойка волейболиста. Перемещение. Нижний прием мяча. Развитие координационных способностей. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 5 | Октябрь | Перемещение. Нижний прием мяча. Развитие координационных способностей. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 6 | Октябрь | Перемещение. Нижний прием мяча. Развитие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|---------|---|------------------------------------|-------|----------------------------------|---------------------------------|
| | | координационных способностей. | | | с/зал 2 | |
| 7 | Октябрь | Нижний прием мяча. Перемещение. Верхний прием мяча. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 8 | Октябрь | Нижний прием мяча. Перемещение. Верхний прием мяча. | Групповое занятие, тестирование | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 9 | Ноябрь | Нижний прием мяча. Перемещение. Верхний прием мяча. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 10 | Ноябрь | Спортивно-массовое комплексное мероприятие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Контрольные игры и соревнования |
| 11 | Ноябрь | Спортивно-массовое комплексное мероприятие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Контрольные игры и соревнования |
| 12 | Ноябрь | Перемещение. Верхний прием мяча. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 13 | Декабрь | Перемещение. Верхний прием мяча. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 14 | Декабрь | Верхний прием мяча. Нижняя прямая подача. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 15 | Декабрь | Отработка в парах: верхний и нижний прием мяча. Прямая подача снизу. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 16 | Декабрь | Отработка в парах: верхний и нижний прием мяча. Прямая подача снизу. | Групповое занятие, тестирование | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Промежуточное тестирование |
| 17 | Январь | Спортивно-массовое комплексное мероприятие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Контрольные игры и соревнования |
| 18 | Январь | Спортивно-массовое | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия | Контрольные игры и |

| | | | | | | |
|----|---------|--|-------------------|-------|-------------------------------|------------------------------------|
| | | комплексное мероприятие | | | Исток» с/зал 2 | соревнования |
| 19 | Январь | Возникновение футбола. Первые правила. Образование клубов и федераций. Развитие правил игры. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение. Стартовое тестирование |
| 20 | Февраль | Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 21 | Февраль | Удары, по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу; | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 22 | Февраль | Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча—на месте, в движении вперед и назад. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 23 | Февраль | Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 24 | Март | Обманные движения (финты) Обучение финтам: после замедления бега или | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|--------|--|---------------------------------------|-------|--|---------------------------------------|
| | | остановки— неожиданный рывок с мячом | | | | |
| 25 | Март | Спортивно- массовое комплексное мероприятие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Контрольные игры и соревнования |
| 26 | Март | Спортивно- массовое комплексное мероприятие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Контрольные игры и соревнования |
| 27 | Март | Возникновение Бадминтона. Правила игры в бадминтон. Разметка площадки. Правила соревнований | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Стартовое тестирование |
| 28 | Апрель | Организация и проведение соревнований по бадминтону | Групповое занятие, тестирование | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 29 | Апрель | Техника бадминтона, способы хватки ракетки, стойки бадминтониста. | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 30 | Апрель | Техника ударов снизу, сверху | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 31 | Апрель | Техника подач, техника выполнения плоских ударов | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 32 | Май | Техника ударов у сетки | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 33 | Май | Техника передвижений | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 34 | Май | Двухсторонняя игра | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Наблюдение |
| 35 | Май | Спортивно- массовое комплексное мероприятие | Групповое занятие | 1 час | МАОУ «Гимназия Исток» с/зал 2 | Контрольные игры и соревнования |
| 36 | Май | Спортивно- | Групповое | 1 час | МАОУ | Контрольные |

| | | | | | | |
|--|--|----------------------------------|---------|--|--------------------------|---------------------|
| | | массовое комплексное мероприятие | занятие | | «Гимназия Исток» с/зал 2 | игры и соревнования |
|--|--|----------------------------------|---------|--|--------------------------|---------------------|

Приложение 2

План воспитательной работы

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Календарный план воспитательной работы

| №п/п | Название мероприятия | Сроки проведения | Форма проведения |
|------|--|--|------------------|
| 1. | Участие в городских и школьных соревнованиях (волейбол, футбол, бадминтон) | В течении года | Соревнования |
| 2. | Соревнования по футболу, приуроченные ко Дню Победы. | 2 неделя мая | Турнир |
| 3. | Комбинированный турнир (бадминтон) | 1 неделя марта | Турнир |
| 4. | Выпуск спортивного листа | По итогам 1 полугодия 2025-2026 уч. г. | Спортивный лист |
| 5. | Выпуск спортивного листа | По итогам 2 полугодия 2025-2026 уч. г. | Спортивный лист |