

Министерство образования и науки Алтайского края  
комитет по образованию города Барнаула  
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр  
внешкольной работы «Военно-спортивный клуб «Борец»

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 4  
от «31» мая 2023 г.

Утверждаю:  
Директор МБУ ДО ЦВР «ВСК  
«Борец» А.И. Николайчик  
Приказ №69  
От «31» мая 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая)  
программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Юнармеец – сильнее всех!»

Возраст учащихся: 10 - 18 лет.  
Срок реализации: 1 учебный год  
Программа – модифицированная

Авторы-составители:  
Ключко Вера Александровна, тренер-  
преподаватель;  
Лузянин Анатолий Владимирович, методист

г. Барнаул, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	3
1.1. Пояснительная записка...	3
1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты...	5
1.3. Содержание программы...	7
2. Комплекс организационно-педагогических условий...	18
2.1. Календарный учебный график...	18
2.2. Условия реализации программы...	18
2.3. Формы аттестации...	19
2.4. Оценочные материалы...	19
2.5. Методические материалы...	20
2.6. Список литературы...	21

# 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

## 1.1. Пояснительная записка

### **Нормативные правовые основы разработки ДООП:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ Федерации от 31.03.2022 №678-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Приказ Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 № 535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ».
- Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБУ ДО ЦВР «ВСК «Борец» (приказ муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра внешкольной работы «Военно-спортивный клуб «Борец» Приказ № 42 от 30.05.2019г. с изм.)

### **Актуальность:**

В эпоху развития технологий на смену увлекательным подвижным спортивным играм пришли интерактивные игры. Изменилась действительность, окружающая детей. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития

двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей на свежем воздухе.

Программа «Юнармеец – сильнее всех» 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 так же начальные технико-тактические знания и умения для игры в баскетбол, баскетбол 3х3, волейбол, пионербол, регбибол и футбол.

Так же в программе ведется работа по патриотическому воспитанию, что позволяет решать главную задачу – воспитание гражданина – патриота своей Родины, формирует у детей гражданскую ответственность, учит их не быть равнодушными к тем событиям, которые происходят в стране.

Программа «Юнармеец – сильнее всех» предоставляет возможности детям, 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. Так же курс позволяет познакомить учащихся с физическими нагрузками и развить навыки, которые в дальнейшем пригодятся в военной службе в армии, дать обучающимся знания, навыки и умения, необходимые для дальнейшего успешного обучения в военных образовательных учреждениях видов и родов войск Вооруженных Сил, МВД, МЧС Российской Федерации и других специальных подразделениях; привить им волевые качества позволяющие, стойко переносить тяготы армейской службы и быть готовыми выполнять обязанности командиров.

Уникальность программы заключается в том, что в данную программу включено занятие различными видами спорта. Учащиеся могут попробовать себя в каждом виде спорта, а так же выступить в роли судьи в спортивных играх рассматриваемых данной программой. Программа рассчитана на высокую двигательную активность на занятиях.

**Обучение включает в себя следующие основные предметы:**

- Баскетбол;
- Баскетбол 3х3;
- Волейбол;
- Пионербол;
- Регбибол;
- Футбол.

**Вид программы:**

Программа является модифицированной. Автор-составитель программы: Ключко Вера Александровна, тренер-преподаватель; Лузянин Анатолий Владимирович, методист.

**Направленность программы:** Физкультурно-спортивная

**Адресат программы:** Программа рассчитана на учащихся: 10 – 18 лет.

**Срок освоения** дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы: учебный год, (с сентября по май 144 учебных часа, в летний период учащиеся могут принимать участие в соревнованиях, профильных сменах, слётах, конференциях и иных мероприятиях).

**Формы обучения.**

Форма обучения: очная.

**Особенности организации образовательной деятельности:** разновозрастные учащиеся.

**Режим занятий:**

<b>Предмет</b>	<b>Базовый уровень</b>
Военно-историческая подготовка;	6 часов в год
Баскетбол;	40 часов в год
Баскетбол 3х3	26 часа в год
Волейбол	16 часов в год
Регбибол	10 часов в год
Пионербол	16 часов в год
Футбол	22 часа в год
Аттестация	8 часов в год.
	Всего: 4 часа в неделю; 144 час. в год

## **1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты**

**Цель программы:** создание условий для личностного развития учащихся в гражданско-патриотическом аспекте, через их привлечение к командным спортивным играм.

**Задачи программы:**

Личностные (воспитательные):

Воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью. Способствовать формированию основ культуры здоровья. Способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности.

Метапредметные (развивающие):

Заложить основы самостоятельной деятельности и самообразования. Развить навык работы в коллективе, повысить командный дух. Раскрывать потенциал каждого ребёнка

Образовательные (обучающие, предметные):

Обучить детей основам теоретических знаний по физической культуре и спорту, истории развития различных видов спорта, Олимпийских игр и ВФСК ГТО, обучить технике выполнения гимнастических упражнений, элементам спортивных игр. Сформировать устойчивый интерес к подвижным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

### Ожидаемые результаты обучения

	<b>Базовый уровень</b>
Знать	<ul style="list-style-type: none"> <li>• освоят правила командных видов спорта;</li> <li>• основы знаний о здоровом образе жизни;</li> <li>• Историю развития командных видов спорта;</li> <li>• Тактические приемы командных видов спорта;</li> </ul>
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Получат практические навыки участия в соревнованиях и мероприятиях (выполнение упражнений из комплекса ВФСК ГТО, участие в различных соревнованиях города и края).</li> <li>• Проводить судейство матчей командных видов спорта;</li> <li>• Проводить специальную разминку;</li> <li>• Самостоятельно организовать проведение спортивных игр.</li> </ul>
Владеть	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Техническими навыками элементов футбола, баскетбола, баскетбола 3х3, волейбола, пионербола, регбибола;</li> </ul>

### 1.3. Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название раздела	Название темы	Количество часов обучения			Формы аттестации/контроля
			Всего	Теория	Практика	
1.	Военно-историческая подготовка;	Тема № 1. Введение. Юнармейское движение. Инструктаж по технике безопасности. Содержание занятий (план). Значение игр в физическом развитии человека.	2	2		анкетирование
		Тема № 2. Основы военно-технической и специальной подготовки.	2	2		анкетирование
		Тема № 3. Военно-прикладной спорт.	2	2		анкетирование
2.	Баскетбол;	Тема № 4. Баскетбол. Специальная физическая подготовка.	4		4	анкетирование
		Тема № 5. Баскетбол. Правила игры, техника и тактика.	2	2		анкетирование
		Тема № 6. Баскетбол. Ведение с обводкой.	8		8	анкетирование
		Тема № 7. Баскетбол. Броски мяча.	8		8	участие в мероприятиях(соревнованиях)
		Тема № 8. Баскетбол. Специальные упражнения и комбинации.	6		6	участие в мероприятиях(соревнованиях)
		Тема № 9. Баскетбол. Индивидуальная защита.	8		8	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 11. Баскетбол. Зачетная	4	2	2	Анкетир

		тренировка				ование, сдача контрол ьных нормати вов ГТО
3.	Баскетбол 3х3	Тема № 12. Баскетбол 3х3. Специальная физическая подготовка.	4		4	участие в меропри ятиях(со ревнова ниях), мастер- классы
		Тема № 13. Баскетбол 3х3. Правила игры. Основы техники и тактики игры	2	2		участие в меропри ятиях(со ревнова ниях), мастер- классы
		Тема № 14. Баскетбол 3х3. Специальные упражнения и комбинации	16		16	участие в меропри ятиях(со ревнова ниях), мастер- классы.
		Тема № 15. Баскетбол 3х3. Зачетная тренировка	4	2	2	участие в меропри ятиях(со ревнова ниях), мастер- классы.
4.	Волейбол	Тема № 16. Волейбол. Специальная подготовка.	4		4	участие в меропри ятиях(со ревнова ниях), мастер- классы.
		Тема №17. Волейбол. Правила игры, техника и тактика.	2	2		участие в



					мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.	
		Тема № 18. Волейбол. Прием и передача мяча.	2		2	участие в мероприятиях(соревнованиях),
		Тема № 19. Волейбол. Специальные упражнения и комбинации	4		4	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 20. Волейбол. Зачетная тренировка	4	2	2	Анкетирование, сдача контрольных нормативов ГТО
5.	Регбибол	Тема № 21. Регбибол. Специальная физическая подготовка.	2		2	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 22. Регбибол. Правила игры. Основы техники и тактики игры.	2	2		участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 23. Элементы защиты. Формирование линии защиты.	2		2	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.

					ниях), мастер-классы.	
		Тема № 24 Подвижная игра с элементами регбибола.	2		2	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 25 . Регбибол. Зачетная тренировка	2		2	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
6.	Пионербол	Тема № 26. Пионербол. Специальная физическая подготовка.	4		4	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 27. Регбибол. Правила игры, техника и тактика.	2	2		участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 28. Пионербол. Комбинированные упражнения	4		4	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 29. Пионербол. Учебно-тренировочные игры	2		2	участие в мероприятиях(со

						ревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 30 Пионербол. Зачетная тренировка	4	2	2	Анкетирование, сдача контрольных нормативов ГТО
7.	Футбол	Тема № 31. Футбол. Специальная физическая подготовка.	4		4	анкетирование
		Тема № 32. Футбол. Правила игры, техника и тактика.	2	2		анкетирование
		Тема № 33 Футбол. Индивидуальные действия с мячом	4		4	участие в мероприятиях(соревнованиях), мастер-классы.
		Тема № 34. Футбол. Индивидуальные действия без мяча	4		4	участие в мероприятиях(соревнованиях),
		Тема № 35. Футбол. Восстановительные мероприятия	4	2	2	анкетирование
		Тема № 36. Футбол. Зачетная тренировка.	4	2	2	Анкетирование, сдача контрольных нормативов ГТО
8.	Аттестация	Тема №36. Аттестация	8	4	4	Формами аттестации являются: - Анкетиро

						вание, - Участие в мероприятиях (слётах, фестивалях и т.д.) и соревнованиях и их результаты, - Мастер-классы. - Сдача контрольных нормативов в соответствии с Всероссийским физкультурно- спортивным комплексом «Промежуточный/ Итоговый контроль
			144	34	110	

## **Раздел №1. Военно-историческая подготовка.**

Тема № 1. Введение. Юнармейское движение. Инструктаж по технике безопасности. Содержание занятий (план). Значение игр в физическом развитии человека.

### **Теория (2 часа).**

Общие требования безопасности. Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий.

Тема № 2. Основы военно-технической и специальной подготовки.

### **Теория (2 часа).**

1. Организационная структура Вооружённых Сил.

## 2. Инженерное обеспечение. Цели и задачи инженерного обеспечения.

Тема № 3. Военно-прикладной спорт.

### **Теория (2 часа).**

Воспитание в служащих чувства сопричастности к государству, его историческому наследию, жизни общества в целом. Военно-прикладные виды спорта выступают залогом развития готовности защищать государство, дают возможность выработать желание к пополнению рядов Вооруженных сил.

## **Раздел № 2. Баскетбол;**

Тема № 4. Баскетбол. Специальная физическая подготовка.

### **Практика (4 часа).**

Планирование физической нагрузки. Нагрузка в тренировочном занятии. Соотношение объема и интенсивности. Развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий баскетболом.

Тема № 5. Баскетбол. Правила игры, техника и тактика.

### **Теория (2 часа).**

Теоретическая часть, рассказывающая об игре баскетбол. Информация об эффективности упражнений использованные в баскетболе. Разбор техники и тактики как в защите, так и в нападении.

Тема № 6. Баскетбол. Ведение с обводкой.

### **Практика (8 часа).**

Отработка упражнений: ведение мяча с высоким отскоком, ведение мяча с низким отскоком, ведение мяча со зрительным контролем, ведение мяча без зрительного контроля, ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам, ведение мяча зигзагом, обводка соперника с изменением высоты отскока, обводка соперника с изменением направления, обводка соперника с изменением скорости, обводка соперника с поворотом и переводом мяча, обводка соперника с переводом под ногой, обводка соперника за спиной, обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд (сочетание)

Тема № 7. Баскетбол. Броски мяча.

### **Практика (8 часа).**

Отработка упражнений: в прыжке с ближних, средних дистанций, а также при активном сопротивлении противника, добивание мяча, бросок

мяча в прыжке с разворотом на 180°; бросок мяча двумя, одной руками сверху вниз, на месте и в движении; штрафной бросок; добивание мяча после отскока от щита или кольца двумя и одной рукой в одно касание; многократное добивание мяча при активном противодействии; бросок мяча с места с дальних дистанций при активном сопротивлении противника; бросок мяча после резкого входа под кольцо в игровых ситуациях повышенной сложности

Тема № 8. Баскетбол. Специальные упражнения и комбинации.

**Практика (6 часов).**

Повышение активности игроков в борьбе за отскок мяча. Обучение точной первой передаче мяча в отрыв на разных сторонах площадки. Совершенствование передач мяча. Разбор видов защиты и нападения. Разбор комбинаций

Тема № 9. Баскетбол. Индивидуальная защита.

**Практика (8 часа).**

Эффективность защитных планов индивидуальных действий в защите. Развитие таких качеств как скорость, быстрота и живость ума, агрессивность, желание, гордость, предвидение и приспособляемость.

Тема № 10. Зачетная тренировка.

**Теория (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре баскетбол в виде анкетирования учащихся.

**Практика (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре баскетбол, фиксация результатов.

### **Раздел № 3. Баскетбол 3х3**

Тема № 11. Специальная физическая подготовка.

**Практика (4 часа).**

Планирование физической нагрузки. Нагрузка в тренировочном занятии. Соотношение объема и интенсивности. Развитие основных физических качеств применительно к специфике занятий баскетболом 3х3.

Тема № 12. Правила игры. Основы техники и тактики игры.

**Теория (2 часа).**

Теоретическая часть, рассказывающая об игре баскетбол 3х3. Информация о эффективности упражнений использованные в баскетболе 3х3. Разбор техники и тактики как в защите, так и в нападении.

Тема № 13 Специальные упражнения и комбинации

**Практика (16 часов).**

Повышение активности игроков. Ускорения мышления. Увеличения скорости паса и результативности. Развитие координации.

Тема № 14. Зачетная тренировка

**Теория (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре баскетбол 3х3 в виде анкетирования учащихся.

**Практика (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре баскетбол 3х3, фиксация результатов.

**Раздел № 4 Волейбол**

Тема № 15. Специальная физическая подготовка

**Практика (4 часа).**

Планирование физической нагрузки. Нагрузка в тренировочном занятии. Соотношение объема и интенсивности. Развитие основных физических качеств применительно к специфике занятий волейболом

Тема №16. Правила игры. Основы техники и тактики игры

**Теория (2 часа).**

Теоретическая часть, рассказывающая о игре волейбол. Информация о эффективности упражнений использованные в баскетболе. Разбор техники и тактики как в защите, так и в нападении.

Тема № 17 Прием и передача мяча.

**Практика (2 часа).**

Отработка верхней и нижней передачи мяча. Работа со стенкой (пас прямо перед собой или вверх). Прием мяча снизу одной рукой с падением. Прием мяча сверху двумя руками с последующим падением.

Тема № 18 Специальные упражнения и комбинации

**Практика (4 часа).**

Повышение активности игроков. Ускорения мышления. Увеличения скорости паса и результативности. Развитие координации.

Тема № 19 Зачетная тренировка

**Теория (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре волейбол в виде анкетирования учащихся.

**Практика (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре волейбол, фиксация результатов.

**Раздел № 5 Регбибол**

Тема № 20. Специальная физическая подготовка

**Практика (2 часа).**

Планирование физической нагрузки. Нагрузка в тренировочном занятии. Соотношение объема и интенсивности. Развитие основных физических качеств применительно к специфике занятий регбиболом.

Тема №21. Правила игры. Основы техники и тактики игры

**Теория (2 часа).**

Теоретическая часть, рассказывающая об игре регбибол. Информация об эффективности упражнений использованные в регбиболе. Разбор техники и тактики как в защите, так и в нападении.

Тема № 22 Элементы защиты: иметь представление о формировании линии защиты.

**Практика (2 часа).**

Отработка упражнений направленных на взаимопонимание в защите. Отработка видов защиты. Понимание перехода от атаки к защите и обратно.

Тема № 23 Подвижная игра с элементами регби.

**Практика (2 часа).**

Подвижная игра регбибол, отработка полученных знаний и навыков.

Тема № 24 Зачетная тренировка

**Практика (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре регбибол, фиксация в виде анкетирования учащихся.

**Раздел № 6 Пионербол**

Тема № 25. Специальная физическая подготовка

**Практика (4 часа).**



Планирование физической нагрузки. Нагрузка в тренировочном занятии. Соотношение объема и интенсивности. Развитие основных физических качеств применительно к специфике занятий пионерболом.

Тема № 26. Правила игры. Основы техники и тактики игры

**Теория (2 часа).**

Теоретическая часть, рассказывающая об игре пионербол. Информация об эффективности упражнений использованные в пионерболе. Разбор техники и тактики как в защите, так и в нападении.

Тема № 27. Комбинированные упражнения

**Практика (4 часа).**

Отработка упражнений: подача – прием, подача – прием – передача, передача – нападающий бросок, нападающий бросок – блок.

Тема № 28. Учебно-тренировочные игры

**Практика (2 часа).**

Подвижная игра пионербол, отработка полученных знаний и навыков

Тема № 29 Зачетная тренировка

**Теория (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре пионербол в виде анкетирования учащихся.

**Практика (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре пионербол, фиксация результатов.

**Раздел № 7 Футбол**

Тема № 30 Специальная физическая подготовка

**Практика (4 часа).**

Планирование физической нагрузки. Нагрузка в тренировочном занятии. Соотношение объема и интенсивности. Развитие основных физических качеств применительно к специфике занятий футболом.

Тема № 31. Правила игры. Основы техники и тактики игры

**Теория (2 часа).**

Теоретическая часть, рассказывающая об игре футбол. Информация об эффективности упражнений использованные в футболе. Разбор техники и тактики как в защите, так и в нападении.

Тема № 32. Индивидуальные действия с мячом

### **Практика (4 часа).**

Изучаемых технических приемов в игровой обстановке. Определение и понимание игровых ситуаций, целесообразных для ведения мяча, обводки соперника, передачи мяча партнеру.

Тема № 33. Индивидуальные действия без мяча

### **Практика (4 часа).**

Правильное расположение игроков в играх на малых площадках в ограниченных составах 3х3, 4х4. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнера и соперника. Выбор момента для «открывания» с целью получения мяча. То же для «закрывания» соперника.

Тема № 34. Восстановительные мероприятия

### **Теория (2 часа).**

Создание положительного эмоционального фона тренировки. специальные приемы мышечной релаксации

### **Практика (2 часа).**

Упражнения для активного отдыха и расслабления. Прогулки на свежем воздухе. Самомассаж.

Тема № 35 Зачетная тренировка

### **Теория (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре футбол в виде анкетирования учащихся.

### **Практика (2 часа).**

Подведение итогов по спортивной игре футбол, фиксация результатов.

Тема №36. Аттестация.

**Теория (4 часа).** Участие в соревнованиях. Спартакиада ВСК «Борец». Аттестация учащихся (проводится оценочным способом на основании результатов.

### **Практика (4 часа).**

Участие в соревнованиях. Спартакиада ВСК «Борец». Аттестация учащихся (проводится оценочным способом на основании результатов.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	72
Продолжительность каникул	с 01.06.2024г. по 31.08.2024г.
Даты начала и окончания учебного года	с 11.09.2023 по 31.05.2024 г.
Сроки промежуточной аттестации	декабрь
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	май

## 2.2. Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	<p>Для реализации программы предусмотрен учебно-спортивный комплекс, тренажёрный зал, стадион, большой спортзал.</p> <p>Занятия проводятся в большом от (от 15*12 м до 36*18 м), на спортивной площадке (стадион), возможны занятия на местности и стадионе. Место проведения занятий определяется темой учебно-тематического планирования.</p> <p>Для освоения программы необходим следующий инвентарь и оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мячи <ul style="list-style-type: none"> <li>• Баскетбольные (8 штук )</li> <li>• Волейбольные (8 штук )</li> <li>• Футбольные (8 штук )</li> </ul> </li> <li>- Фишки для тренировок;</li> <li>- Фитнес-резинки;</li> <li>- Набивные мячи</li> <li>- Теннисные мячи ( 12 штук);</li> <li>- Коврик гимнастический (15 единиц на группу);</li> <li>- Скакалка гимнастическая (5 единиц на группу);</li> <li>- Физкультурно-спортивный зал (от 15*12 м до 36*18 м) (1 помещение на группу);</li> <li>- Стадион (1 единица на группу);</li> <li>- Аптечка для оказания первой помощи (пр. 169н от 05.03.2011г.) (1 штука на группу);</li> <li>- Секундомер (1 штука на группу);</li> </ul>
Информационное	Наглядные материалы: стенды или плакаты с

Аспекты	Характеристика
обеспечение	изображением основных упражнений.
Кадровое обеспечение	Требования к кадровому обеспечению предъявляются в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

### 2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Анкетирование,
- Участие в мероприятиях (кубках, чемпионатах и т.д.) и соревнованиях и их результаты,
- Сдача контрольных нормативов в соответствии с Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО) либо в соответствии с таблицей контрольных нормативов образовательной программы (таб. №1).

### 2.4. Оценочные материалы

Учебные занятия и тренировки, индивидуальные дополнительные занятия, мастер-классы, тренинги, участие в соревнованиях и конкурсах, познавательные экскурсии и встречи, самоподготовка, обобщение опыта, взаимная подготовка.

Теоретическая подготовка оценивается путём анкетирования, практическая по выбору педагогического работника: сдача части нормативов ГТО, анализом обучения, анализом участия в мероприятиях и соревнованиях. Практические результаты могут оцениваться по пяти достигнутым уровням подготовки: (низкий- до слабого, слабый, средний, высокий, высший - далее) либо (зачёт не зачёт). Нормативы выбраны по среднестатистическому принципу, либо по соответствию комплекса ГТО.

Формы, способы и средства проверки и оценки результатов обучения.

В течение учебного года в журнале работы педагога дополнительного образования ведется учет результативности усвоения образовательной программы по видам деятельности в рамках участия в мероприятиях и соревнованиях.

### 2.5. Методические материалы

**Методы обучения:**

- Словесный
- Наглядный

- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный
- Игровой

#### **Формы организации образовательной деятельности:**

- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Открытое занятие
- Беседа
- Встреча с интересными людьми
- Игра
- Презентация
- Мастер-класс
- Чемпионат
- Турнир
- Тренинг
- Экспедиция

#### **Педагогические технологии:**

- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология модульного обучения
- Технология дифференцированного обучения
- Технология дистанционного обучения
- Здоровьесберегающая технология

#### **Дидактические материалы:**

- Раздаточные материалы
- Инструкции

## **2.6. Список литературы**

### **Нормативно-правовые акты**

1. «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020, поправок внесённых Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ) [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. //: СПС КонсультантПлюс онлайн. - [сайт]. - Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_28399/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/)

2. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 01.02.2021) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Уставом внутренней службы Вооруженных Сил

Российской Федерации", "Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации", "Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации") [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. // СПССПС КонсультантПлюс онлайн. - [сайт]. - Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_72806/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_72806/)

3. Федеральный закон от 28 марта 1998 г. N 53-ФЗ "О воинской обязанности и военной службе" / Система ГАРАНТ. URL: <http://base.garant.ru/178405/#ixzz4OYPFbPVJ> м

4. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. // КонсультантПлюс. [сайт]. - Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

5. Концепция развития дополнительного образования детей утверждённая Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. // СПС Консультант плюс. URL: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_413581/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_413581/)

6. Постановление Правительства РФ от 31 декабря 1999 г. N 1441 "Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе" [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. // СПС ГАРАНТ. [сайт]. - Режим доступа: <http://base.garant.ru/181486/#ixzz4OYOhTTAY>

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. // СПС «Гарант»: [сайт]. - Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013>

8. Приказ Министерства спорта Российской Федерации №542 от 19.06.2017 г. «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. // Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. : [сайт]. - Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/2017/doc/Prikaz542ot19062017.PDF>

#### Список литературы

1. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. – М.: Советский спорт, 2008. – 150 с.

2. Баскетбол. Учебник физической культуры для вузов / под ред. Ю.М. Портнова. – М.: Физическая культура и спорт, 1997. – 479 с.

3. Бенгсбо Й. Оборонительная тактика в футболе / Й. Бенгсбо, Б.Пейтерсон. - М.: Олимпийская литература, 2012. - 164 с.

4. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Методические материалы и документы / В.А. Васнев, С.А. Чиненный. – М.: Просвещение, 2003. – 190 с.
5. Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки / сост. Попова Г.П. Волгоград.: Учитель, 2008. - 172 с.
6. Зельдович Т.А, Подготовка юных баскетболистов: Учеб. Пособие для ДСШ и школьных коллективов физ. культуры /Т.А. Зельдович, С. Кераминас. — М., Физкультура и спорт, 1964. – 216 с.
7. Кожевникова З.Я. Тренировка быстроты и ловкости баскетболиста. М.: Физкультура и спорт, 1971. – 96 с.
8. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (ФГОС) авторы: В.И. Лях. А.А. Зданевич. М. Просвещение. 2012.
9. Мирзоев О.М. Применение восстановительных средств в спорте / О.М. Мирзоев. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. – 203 с.
10. Основы подготовки регбистов /Холодов Ж.К., Варакин Б.А., Петренчук В.К. - М.: ФИС, 1984. - 188 с.
11. Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. / Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.