Администрация Баганского района Новосибирской области
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Баганская средняя общеобразовательная школа № 2
имени Героя Советского Союза Андрея Григорьевича Матвиенко

Рассмотрена и одобрена
на заседании педагогического
совета МКОУ Баганской СОШ № 2

Протокол № 15
«31» 08 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ Баганской СОШ №2
_____ Н.А.Гамаина
(подпись) М.П.

Приказ № 123 от 31.08.2026

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Спортивной направленности

«Школьный спортивный клуб «Пламя»»

Базовый уровень

Возраст обучающихся: 12-16 лет

Срок реализации программы: 1 год

Авторы – составитель программы:
Домшинский Андрей Евгеньевич
педагог дополнительного образования,
высшая квалификационная категория

с. Баган, 2026

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Зам.директора ОУ по ВР

_____/Коваленко В.В. 31.08.2026

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте ГИС «Навигатор дополнительного образования детей Новосибирской области» (https://navigator.edu54.ru/). Приказ министерства образования Новосибирской области от 19.09.2023 № 2064 «Об утверждении положения о государственной информационной системе «Навигатор дополнительного образования Новосибирской области».

2

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Школьный спортивный клуб «Пламя» (далее программа) имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа направлена развитие физических качеств обучающихся, их вовлечение в систематические занятия спортом, укрепление здоровья и формирование ценностей здорового образа жизни. Программа способствует развитию волевых качеств, целеустремленности, дисциплинированности, умения работать в команде и стремления к достижению высоких спортивных результатов.

Актуальность программы

Программа школьного спортивного клуба «Пламя» обусловлена стратегическим приоритетом государства на формирование здорового образа жизни нации, сохранение здоровья граждан и развитие детско-юношеского спорта как основы подготовки спортивного резерва страны. Программа клуба дает обучающимся возможность в доступной и увлекательной форме приобщиться к культуре регулярных тренировок, освоить базовые навыки командных видов спорта через игровые практики и соревнования, развивая волевые качества и спортивный характер.

Она соответствует целям Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р), предусматривающей создание современной экосистемы воспитания гармонично развитой личности, поддержку массового спорта и вовлечение детей в социально значимые инициативы. Деятельность ШСК также отвечает положениям Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 75), закрепляющим задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, а также развитию физических качеств обучающихся.

Программа клуба отвечает растущему запросу родителей и детей на качественный организованный досуг и физическую активность за рамками обязательных уроков физкультуры. Она предлагает современные интерактивные форматы обучения и способствует развитию ключевых навыков XXI века: лидерства, стрессоустойчивости, умения работать в команде и принимать быстрые решения в нестандартных игровых ситуациях.

Отличительные особенности программы, новизна

Программа охватывает несколько видов спорта и подвижных игр (футбол, мини-футбол, волейбол, пионербол, баскетбол, стритбол, настольный теннис). Это позволяет детям не зацикливаться на одном виде, а разносторонне развивать физические качества.

Новизна

Программа интегрирует физическую активность с медийными компетенциями. Результаты каждого матча освещаются школьным пресс-центром. Дети пробуют себя в ролях спортивных комментаторов, фотографов. Это позволяет вовлечь в орбиту клуба тех учеников, которые увлечены IT и медиа, делая их частью одной команды вместе со спортсменами.

Целевая аудитория (адресат программы)

Программа Школьный спортивный клуб «Пламя» адресована для детей смешанной группы с 12 до 16 лет, проявляющих интерес к спорту и желающих заниматься различными видами спорта, прошедших медицинский осмотр и по результатам осмотра имеющих допуск к занятиям. На занятия допускаются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний для данного вида спорта.

Количество обучающихся в каждой группе от 10 до 12.

Организм ребёнка нельзя рассматривать просто как уменьшенную копию организма взрослого и применять к нему нормы для взрослых, лишь уменьшенные пропорционально возрасту, росту и весу.

Детям 12-13 лет необходимо выполнять различные физические упражнения, направленные на развитие и совершенствование двигательной деятельности, основными видами которой к этому возрасту они уже овладели (ходьбой, бегом, прыжками), при этом следует избегать однообразных движений и ограничивать силовые напряжения, неблагоприятно влияющие на сердечно-сосудистую и дыхательную системы. В возрасте семи-восьми лет у детей отсутствует точная координация, она требует определенного развития нервно-мышечной регуляции. В связи с этим, в работе с детьми целесообразно использовать упражнения, направленные на координацию движений и выработку пространственной ориентировки и быстроты реакции, здесь очень кстати применение подвижных игр и эстафет.

В 14-16 лет - чрезмерные физические нагрузки могут вызвать замедление роста трубчатых костей в длину. Быстрый рост костно-связочного аппарата при некотором отставании развития сердечно-сосудистой системы требует дозированного подхода к нагрузкам. Нарастает потребление кислорода, что создает предпосылки для тренировки общей выносливости. Предельная величина потребления кислорода достигается быстро, но долго поддерживать этот уровень организм не в состоянии. Такая особенность не дает возможности целенаправленно развивать специальную выносливость. Уделять особое внимание длительности периодов восстановления (давать полностью восстанавливаться после любой физической нагрузки). Мышечная работа на уровне пульса 130 уд/мин выполняется спортсменами без значительного напряжения, в пределах 150 уд/мин воспринимается как тяжелая. Появляется сосредоточенность, хорошая память и логическое мышление. Подростки уравновешены и оптимистичны. Быстро развивается острота мышечного чувства (хорошая ориентация в пространстве). Двигательные действия становятся более чёткими. Благоприятный возраст для развития быстроты двигательной реакции и обучения тактике игры.

Объем программы – 216 часов.

Срок реализации программы – 1 год.

Формы обучения – очная

Язык обучения – русский.

Уровень программы – (базовый

Формы реализации программы – программа реализуется в формате очных групповых занятий.

Режим занятий

Продолжительность одного академического – 45 минут. Перерыв между учебными занятиями – 15 минут.

Общее количество часов в неделю – 6 академических часов..

Занятия проводятся 3 раз в неделю по 2 академических часа.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте ГИС «Навигатор дополнительного образования детей Новосибирской области» (https://navigator.edu54.ru/). Приказ министерства образования Новосибирской области от 19.09.2023 № 2064 «Об утверждении положения о государственной

информационной системе «Навигатор дополнительного образования Новосибирской области». Ссылка

1.2. Цель и задачи программы

Цель

Создание условий для формирования гармонично развитой личности обучающихся через их вовлечение в систематические занятия спортом, развитие физических качеств, культуры здорового образа жизни и командного взаимодействия.

Задачи

Личностные:

-Воспитать честности, уважения к сопернику, судьям и правилам игры;

-Формировать гордости за достижения российских спортсменов, знание истории отечественного спорта и символики своей страны.

-Воспитать целеустремленности, дисциплинированности, настойчивости в достижении целей и умения преодолевать физические трудности и усталость.

Метапредметные

Учить работать с информацией: изучать правила соревнований, пользоваться спортивными трекерами и статистикой.

Формировать умение адекватно оценивать свои действия и вносить коррективы в технику выполнения упражнений.

Формировать лидерские качества, ответственность за результат группы и умение мотивировать команду.

Развивать способность анализировать игровые ситуации, видеть тактические ошибки и прогнозировать действия соперника.

Предметные

Обучить соблюдать правила безопасности на занятиях, гигиену спортсмена и основы профилактики травматизма.

Познакомить с базовыми техническими приемами: стойки, перемещения, передачи, подачи, удары или броски.

Повышать показатели общей физической подготовки (скорость, выносливость, силу, координацию)

1.3. Планируемые результаты

Личностные результаты

Воспитание ценностей:

-Проявляют честность в игровых ситуациях; признают свои ошибки и соблюдают правила без указаний судьи.

-Демонстрируют уважительное отношение к соперникам (рукопожатие до/после игры), судьям и тренерскому составу.

Волевая сфера и саморазвитие:

-Проявляют настойчивость при многократном повторении сложных технических элементов ради их качественного освоения.

-Обучающийся проявляет способность к самодисциплине: самостоятельно проводит разминку.

Социальное взаимодействие:

-Осознают себя частью команды, ставят интересы коллектива выше личных статистических показателей.

Метапредметные результаты

Работа с информацией и анализ:

-Сравнивают свою игровую статистику с показателями лидеров команды для выявления слабых мест.

Самооценка и рефлексия:

-Объясняют причины своих успешных и неудачных действий тренер.

-Адаптируют технику выполнения элемента под свои физиологические особенности (например, меняют угол броска в зависимости от роста).

Лидерство и коммуникация:

-Использует навыки вербальной и невербальной коммуникации для организации защиты.

-Берет на себя роль капитана: мотивирует команду при проигрышном счете, конструктивно общается с судьей, распределяет игроков по позициям.

Предметные результаты

Основы безопасности и гигиены:

-Знают алгоритм действий при получении травмы (растяжение, ушиб, кровотечение) и признаки переутомления.

-Применяют базовые упражнения на растяжку для восстановления мышц после нагрузки.

Техническая подготовка:

-Выполняют базовые технические приемы (стойки, перемещения, передачи, подачи) автоматически, не теряя контроля над мячом.

-Показывают правильную технику ведения мяча (дриблинга) правой и левой рукой/ногой в движении против пассивного соперника.

Тактическая подготовка:

-Прогнозируют действия нападающего соперника (пас или удар) на основе его постановки корпуса и ног.

Физическая подготовка:

-Демонстрируют прирост индивидуальных показателей ОФП (например, улучшение времени челночного бега на 1–2 секунды или увеличение количества подтягиваний на 2–3 раза к концу года).

1.4. Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего/итогового контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	(Опрос)
2	Общая физическая подготовка	28	2	26	Сдача нормативов, практическая работа, решение кейсов.
3	Баскетбол	46	2	44	Сдача нормативов, практическая работа, решение кейсов.
4	Теннис	46	2	44	Сдача нормативов, практическая работа, решение кейсов.
5	Волейбол	46	2	44	Сдача нормативов, практическая работа, решение кейсов.
6	Футбол	46	2	44	Сдача нормативов, практическая работа, решение кейсов.
7	Итоговое занятие	2	1	1	Сдача нормативов, практическая работа,

					решение кейсов.
8	Итого	216	12	204	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа)

Цель: Знакомство с клубом, инструктаж по технике безопасности, диагностика начального уровня подготовки.

Тема № 1. «Введение в мир спорта: ШСК "Пламя"»

Теория (1 час): Цели и задачи клуба на учебный год. Ознакомление с календарем соревнований и планом сдачи нормативов ГТО. Правила внутреннего распорядка спортивного зала. Инструктаж по технике безопасности при работе с инвентарем (мячи, скакалки, тренажеры) и во время командных взаимодействий. Профилактика травматизма.

Практика (1 час): Проведение первичного тестирования ОФП (бег 30 м, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения сидя) для распределения по уровню подготовки. Игры на знакомство и сплочение коллектива («Снайпер», «Светофор»).

Раздел 2. Общая физическая подготовка — ОФП (28 часов)

Цель: Гармоничное развитие основных физических качеств, укрепление мышечного корсета и подготовка организма к специфическим нагрузкам игровых видов спорта.

Тема № 2. «Развитие быстроты и координации»

Теория (0,5 часа): Значение разминки для предотвращения травм. Понятие стартовой скорости.

Практика (13,5 часов): Челночный бег, бег с высоким подниманием бедра, ускорения со сменой направления, эстафеты с предметами, упражнения на координационной лестнице.

Тема № 3. «Развитие силы и выносливости»

Теория (0,5 часа): Режим дня спортсмена. Правильное дыхание при силовых нагрузках.

Практика (13,5 часов): Подтягивания (мальчики), отжимания от пола/скамьи (девочки), сгибание туловища (пресс), приседания на одной ноге, длительный бег в умеренном темпе, круговые тренировки (кроссфит-лайт).

Раздел 3. Баскетбол (46 часов)

Цель: Обучение основам техники и тактики игры, формирование навыков взаимодействия в пятерке.

Тема № 4. «Основы техники владения мячом»

Теория (0,5 часа): Правила игры (пробежка, двойное ведение, фол). Размеры площадки.

Практика (14,5 часов): Стойка баскетболиста, перемещения приставным шагом. Высокое и низкое ведение мяча правой и левой рукой. Передачи двумя руками от груди, одной рукой от плеча, передачи с отскоком от пола.

Тема № 5. «Броски и защита»

Теория (0,5 часа): Тактика личной защиты. Выбор позиции под кольцом.

Практика (15 часов): Бросок в движении после двух шагов («Лэй-ап»). Штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра 5х5 по упрощенным правилам.

Тема № 6. «Командные действия»

Теория (0,5 часа): Система зонной защиты (2-1-2). Позиционное нападение.

Практика (15 часов): Заслоны (наведением и стационарные). Быстрый прорыв (2 в 1). Игра в защите. Двусторонние игры.

Раздел 4. Настольный теннис (46 часов)

Цель: Развитие реакции, мелкой моторики и чувства мяча.

Тема № 7. «Хват ракетки и базовые удары»

Теория (0,5 часа): История вида спорта. Виды хваток. Мяч в игре.

Практика (14,5 часов): Имитация ударов. Набивание мяча ракеткой. Подача толчком справа и слева. Подставка.

Тема № 8. «Вращение и передвижение»

Теория (0,5 часа): Физика вращения мяча (крученый и резаный удар).

Практика (15 часов): Накат справа и слева. Подрезка. Перемещения у стола (приставные шаги, выпады). Парные игры (микст).

Тема № 9. «Тактика одиночной игры»

Теория (0,5 часа): Правила счета. Подачи с разным вращением.

Практика (15 часов): Чередование длинного и короткого мяча. Игра на третьего (в парных комбинациях). Соревнования внутри группы.

Раздел 5. Волейбол (46 часов)

Цель: Освоение верхней и нижней передач, подачи и защитных действий.

Тема № 10. «Стойки и прием мяча»

Теория (0,5 часа): Амплуа игроков (либеро, нападающий). Расстановка.

Практика (14,5 часов): Верхняя передача мяча над собой и партнеру. Нижняя передача (прием снизу). Стойка готовности.

Тема № 11. «Подача и блокирование»

Теория (0,5 часа): Виды подач (нижняя прямая, верхняя силовая). Правила перехода.

Практика (15 часов): Отработка точности подач в зоны. Одиночное блокирование (выпрыгивание, работа рук). Нападающий удар с собственного набрасывания.

Тема № 12. «Страховка и учебная игра»

Теория (0,5 часа): Тактика страховки нападающего.

Практика (15 часов): Прием подачи в зону связующего. Страховка либеро. Учебная игра 6х6 с соблюдением правил переходов.

Раздел 6. Футбол (46 часов)

Цель: Изучение базовых приемов футбола, развитие игрового мышления.

Тема № 13. «Контроль мяча ногами»

Теория (0,5 часа): Правила мини-футбола (ауты, угловые, фолы).

Практика (14,5 часов): Бег с мячом разными частями стопы. Ведение змейкой. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы и подъемом.

Тема № 14. «Остановка и отбор»

Теория (0,5 часа): Финты корпусом.

Практика (15 часов): Остановка катящегося мяча подошвой и бедром. Отбор мяча перехватом. Игра головой (безопасная техника).

Тема № 15. «Позиционная игра»

Теория (0,5 часа): Компактность в обороне. Искусственное положение «вне игры».

Практика (15 часов): Игра в квадрате (квадрат 4+1). Позиционная атака. Двусторонняя игра на площадке уменьшенного размера.

Раздел 7. Итоговое занятие (2 часа)

Цель: Подведение итогов года, фиксация прогресса, мотивация на следующий сезон.

Тема № 16. «Фестиваль чемпионов ШСК "Пламя"»

Теория (1 час): Награждение лучших спортсменов года, вручение значков клуба. Анализ выполнения личных планов развития. Планирование тренировок на лето.

Практика (1 час): Зачетные испытания по выбору (демонстрация лучшего изученного элемента в любом виде спорта). Матч дружбы между сборной педагогов и сборной выпускников/сильнейших учеников.

1.5. Система контроля

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации разработаны в соответствии с целями дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы и служат инструментом для подтверждения обучающимися достижения планируемых (личностных, метапредметных и предметных) результатов. Перечень форм контроля определен Учебным планом программы.

Контроль проводится в отношении как теоретических знаний (правила видов спорта, гигиена, тактика), так и практических умений (технико-тактические действия, сдача нормативов ОФП).

Целью системы контроля является:

Определение уровня освоения программного материала каждым обучающимся.

Корректировка календарно-тематического планирования на основе выявленных пробелов.

Стимулирование обучающихся к систематическим занятиям через соревновательный элемент.

Формы текущего контроля (проводятся регулярно внутри занятий)

Текущий контроль направлен на оперативную оценку усвоения техники движений и тактических взаимодействий.

Сдача контрольных нормативов: регулярное тестирование показателей общей физической подготовки (челночный бег, прыжки, подтягивания/отжимания) для отслеживания динамики физического развития.

Опрос (устный/письменный): проверка знания правил соревнований, терминологии (что такое «офсайд», «блок», «аут»), истории российского спорта.

Практическая работа / Срезовая игра: выполнение конкретного технического элемента под счет тренера (например, 10 подач подряд в заданную зону волейбольной площадки).

Решение кейсов (тактический разбор): анализ видеофрагмента игры или моделирование ситуации на макете спортивной площадки («Как вы поступите, если соперник применил зонный прессинг?»).

Формы промежуточной аттестации (проводятся по итогам крупных разделов/модулей)

Промежуточная аттестация подтверждает готовность перехода к следующему этапу обучения (например, от изучения передач к учебной игре).

Зачетные занятия: проводятся в конце модулей «Баскетбол», «Волейбол», «Футбол». Обучающийся должен продемонстрировать базовый технический комплекс (перемещение + ведение + передача + бросок/удар) без критических ошибок.

Тестирование: выполнение контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП (специальной физической подготовке).

Формы итоговой аттестации (по завершении всей программы)

Итоговая аттестация служит подтверждением полного освоения стартового уровня программы.

Комплексный зачет: включает в себя:

Теоретическую часть: тестовое задание на знание правил всех изученных игровых видов спорта и основ ЗОЖ.

Практическую часть: сдача итоговых нормативов ГТО (или внутренних нормативов клуба) и выполнение технических элементов из каждого раздела программы.

Игровой практикум: участие в двусторонней игре, где тренер оценивает не только результативность, но и соблюдение дисциплины, умение работать в команде и применение изученной тактики.

Оценочные материалы

1. Комплекс диагностических методик по видам результатов

Метапредметные результаты (Универсальные учебные действия) Оцениваются преимущественно через наблюдение в процессе тренировок и соревнований с фиксацией в «Карте наблюдений».

Регулятивные УУД:

Задание: Самостоятельная разминка перед занятием.

Диагностика: Наблюдение. Педагог фиксирует, умеет ли ребенок сам подготовить инвентарь, выполнить разогревающие упражнения без напоминания.

Коммуникативные УУД:

Методика: Игровой практикум «Капитан». Ротация ролей капитана команды во время двусторонней игры.

Критерий: Способность организовать партнеров, корректно указать на ошибку товарища, договориться о комбинации жестами.

Познавательные УУД:

Задание: Разбор проигранного эпизода.

Критерий: Способность объяснить причину потери мяча («Я отдал пас слишком низко / Я не посмотрел на защитника»).

В. Личностные результаты (Ценности и качества) Оценка проводится через анкетирование, рефлексивные беседы и наблюдение.

Анкетирование «Спортивное поведение»:

Пример вопроса: «Как ты поступишь, если судья назначил несправедливый штрафной в твои ворота? А если в ворота соперника?» (Варианты ответов от агрессии до принятия решения судьи).

Карта самооценки «Мой прогресс»:

В конце месяца обучающийся отмечает, чему научился, что было сложно, кому из команды он благодарен за помощь.

Наблюдение за поведением вне игры:

Критерий: Как ученик реагирует на замену (садится на скамейку расстроенным или продолжает поддерживать команду), помогает ли собирать инвентарь, поздравляет ли соперников после поражения.

2. Критерии оценки уровней освоения программы

Уровень	**Характеристика предметных результатов**	**Характеристика метапредметных и личностных результатов**
Высокий	Технически выполняет	Проявляет лидерские

(Продвинутый)	элементы чисто и вариативно (под обе руки/ноги). Знает нюансы правил (сигналы судей). Показатели ОФП выше среднего.	качества. Корректирует свои ошибки самостоятельно. Активно участвует в планировании тактики. Оказывает наставничество младшим.
Средний (Базовый+)	Уверенно владеет техникой в стандартных условиях, но допускает ошибки при дефиците времени или сопротивлении. Знает основные правила. Нормативы выполняются стабильно.	Работает в команде, слышит тренера. Исправляет ошибки после указания педагога. Адекватно воспринимает победу и поражение.
Стартовый (Минимальный)	Выполняет технические элементы с грубыми ошибками (неправильный хват, стойка). Путается в правилах. Показатели ОФП ниже возрастной нормы.	Требует постоянного внешнего контроля. Эмоционально нестабилен (плаксивость или агрессия при неудачах). Замыкается в себе или конфликтует в команде.

3. Инструментарий фиксации результатов (описание для Приложения)

В Приложении к программе будут находиться следующие бланки:

Протокол сдачи контрольных нормативов ОФП (таблица ФИ, бег, прыжки, сгибание рук, оценка).

Чек-лист технического мастерства (по каждому виду спорта: волейбол, футбол и т.д.). Список элементов + ячейки для отметки (+/-) выполнения.

Карта педагогического наблюдения за развитием коммуникативных навыков (факторы: подсказки партнерам, игра в защите, реакция на фол).

Лист личного портфолио спортсмена (куда вклеиваются грамоты за соревнования, записываются личные рекорды сезона).

Раздел 2. «Рабочая программа воспитания»

Цель программы воспитания

создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности.

Задачи

- способствовать развитию личности обучающегося;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;

- Воспитывать чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и критическому мышлению.

- Формировать навыки командной работы, толерантности и умения конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Ориентиры воспитания

Инвариантный модуль (обязательный) Направлен на создание единого воспитательного пространства и включает следующие направления деятельности:

- Воспитание в детском объединении: формирование благоприятного психологического климата, поддержка ученического самоуправления, сохранение и приумножение традиций коллектива.
- Взаимодействие с семьей: укрепление связи между школой и родителями через совместные праздники, открытые уроки, участие законных представителей в общешкольных мероприятиях и работе Совета родителей.
- Ключевые образовательные события: организация и проведение выставок творческих работ, отчетных концертов, спортивных соревнований и предметных декадников.

Формы воспитания

Групповые и парные практические занятия;
Рефлексивные круги для обсуждения достижений и трудностей.

Методы воспитания

Игровой метод - для поддержания мотивации и развития креативности;

Наглядный метод- для эмоционального вовлечения и лучшего усвоения материала.

Словестный метод - передача социального опыта, формирование нравственных убеждений, развитие логического мышления и культуры речи.

Условия организации воспитания

Направления воспитательной работы в коллективе:

Спортивно-массовое: Организация внутришкольных соревнований («Веселые старты», школьная спартакиада), товарищеских матчей с другими образовательными организациями.

Военно-патриотическое: Проведение эстафет, посвященных Дню защитника Отечества и Дню Победы.

Волонтерское: Помощь в судействе соревнований для младших школьников, агитация за ЗОЖ среди сверстников.

Традиции коллектива:

Посвящение в спортсмены: Торжественная церемония вручения клубных значков.

«Минута славы Пламени»: Еженедельные линейки, где чествуются ученики, показавшие лучшие результаты в спорте или учебе.

Акция «Зарядка с чемпионом»: Утренняя разминка для всей школы, которую проводят лидеры клуба.

Достижения и успехи:

Участие и победы сборной школы в муниципальных и региональных этапах Всероссийских соревнований («Президентские состязания», «Кожаный мяч»).

Личные рекорды воспитанников.

Оценка результативности воспитания

Метод оценки	**Инструментарий и содержание**
Педагогическое наблюдение	Фиксация динамики поведения обучающегося во время тренировок и соревнований: уровень дисциплины, умение работать в команде, реакция на победу и поражение, проявление лидерских качеств. Заполняется карта наблюдения тренером/советником директора по воспитанию.
Анализ достижений	Портфолио спортсмена: копии грамот, дипломов, протоколов соревнований. Оценивается не только наличие призовых мест, но и стабильность участия в спортивной жизни.
Рефлексия и самоанализ	Проведение итогового анкетирования в конце учебного года. *<Анкета «Моя траектория роста»:* самооценка своих физических качеств до вступления в клуб и сейчас. *Материалы рефлексии:* эссе «Самый сложный матч» или «Чему меня научила команда».
Психологическая диагностика	Тестирование уровня групповой сплоченности (методика Сишора) и социометрия для выявления эмоционального климата в команде.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Дата проведения	Ожидаемый воспитательный эффект
1	Всероссийский день бега «Кросс Нации»	26.09.2026	Формирование чувства сопричастности к всероссийскому спортивному движению; развитие волевых качеств (целеустремленность, выносливость); пропаганда циклических видов спорта.
2	День здоровья	14.10.2026	Приобретение навыков командного взаимодействия при прохождении полосы препятствий или станций квеста; формирование культуры безопасного поведения и гигиены.
3	Акция «День независимости от вредных привычек»	21.10.2026	Укрепление установок на здоровый образ жизни (ЗОЖ); профилактика аддиктивного поведения; развитие критического мышления по отношению к деструктивному контенту и давлению сверстников.
4	Соревнования по настольному теннису	12.11.2026	Развитие быстроты реакции, глазомера и координации движений; воспитание стрессоустойчивости и умения контролировать эмоции во время

			поединка.
5	Соревнования по мини-футболу	10.12.2026	Формирование навыков тактического мышления и командной игры; воспитание уважения к сопернику и соблюдения правил честной игры
6	Соревнования по шахматам	17.12.2026	Развитие интеллектуальных способностей: логики, стратегического планирования, памяти и концентрации внимания; воспитание усидчивости и спортивного характера.
7	Соревнования по волейболу	15.01.2027	Отработка навыков коммуникации и взаимопомощи на площадке; сплочение классных коллективов через игровые смены состава.
8	Лыжня России	13.02.2027	Популяризация зимних видов спорта; укрепление физического здоровья и иммунитета обучающихся; приобщение к национальным зимним традициям.
9	Военизированная спортивная эстафета «А ну-ка мальчики»	12.02.2027	Патриотическое воспитание юношей; развитие прикладных навыков

			(сборка/разборка макетов оружия, основы строевой подготовки).
10	Военизированная спортивная эстафета «А ну-ка девочки»	10.03.2027	Демонстрация женской ловкости, грации и силы духа; формирование интереса к истории сестринского дела и волонтерства Красного Креста; развитие навыков оказания первой помощи.
11	Соревнования по баскетболу	14.04.2027	Развитие скоростно-силовых качеств и игровой интуиции; воспитание дисциплины и умения принимать быстрые решения в условиях ограниченного времени.
12	Всероссийская акция «Будь здоров!»	22.04.2027	Систематизация знаний о факторах, укрепляющих здоровье; мотивация к регулярным занятиям физической культурой вне школьных уроков.
13	Кросс Победы	07.05.2027	Военно-патриотическое воспитание; сохранение исторической памяти о подвиге советского народа; воспитание мужества и стойкости через преодоление дистанции как символа трудного пути к Победе.

Раздел 3. «Комплекс организационно-педагогических условий»

3.1. Календарный учебный график

Для успешной реализации программы составлен календарный учебный график (общий) в соответствии с «Положением, определяющим форму календарного учебного графика (общего) и календарного учебного графика («тематический»). Ссылка

Календарный учебный график (общий)

№ группы	Срок обучения по программе	Всего уч. недель/дней	Всего уч. часов	Всего занятий в неделю	Сроки промежуточного/ итогового контроля
1 гр.	01.09.2026-30.05.2027	36	216	3	Декабрь 2026 Май 2027

3.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение

Обучение по данной программе осуществляет педагог дополнительного образования.

Программу реализует педагог:

МКОУ Баганской СОШ №2 Домшинский Андрей Евгеньевич, среднее профессиональное образование, 1 квалификационная категория, 4 года опыта работы в данной сфере.

Материально-техническое обеспечение:

1. Характеристика учебного помещения Занятия по программе проводятся в универсальном спортивном зале и на уличной спортивной площадке, соответствующих требованиям санитарных норм и правил (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20...»).

2. Перечень оборудования учебного помещения (инвентарь общего пользования):

- Стенка гимнастическая — 4–6 пролетов.
- Щиты баскетбольные с кольцами — 2 шт.
- Сетка волейбольная со стойками — 1 комплект.
- Ворота футбольные мини-футбольные — 2 шт.
- Маты гимнастические — 10 шт.
- Скамейки гимнастические жесткие — 4 шт.
- Табло перекидное (или электронное) — 1 шт.
- Аптечка медицинская укомплектованная — 2 шт. (в зале и у тренера).
- Теннисные столы – 2 шт.

3. Перечень оборудования, необходимого для проведения занятий (активный инвентарь):

- Мячи: баскетбольные (15 шт.), волейбольные (10 шт.), футбольные (10 шт.).
- Скакалки гимнастические — 30 шт.
- Эстафетные палочки — 6 шт.
- Фишки (конусы) разметочные — 20 шт.
- Насос ручной со сменными иглами — 2 шт.
- Свисток судейский — 3 шт., секундомер электронный — 2 шт.
- Ракетки – 4 шт.
- Теннисные мячи – 4 шт.

4. Перечень технических средств обучения (ТСО):

- Ноутбук (персональный компьютер) педагога — 1 шт.
- Колонки акустические переносные — 1 комплект (для музыкального сопровождения разминки).
- Экран и проектор (или телевизор с большой диагональю в холле) — для демонстрации обучающих видеоматериалов и тактики игры.
- МФУ (принтер/сканер/копир) — для печати протоколов соревнований и грамот.

5. Перечень инструментов и приборов:

- Рулетки измерительные (10 м, 50 м) — для разметки площадок.
- Весы медицинские — для контроля веса спортсменов перед соревнованиями.
- Тонометр (прибор для измерения давления) — входит в состав медпункта клуба.

6. Перечень расходных материалов:

- Бумага офисная А4 — для документации.
- Грамоты, дипломы, благодарственные письма (бумажная продукция).
- Маркеры магнитные и перманентные разных цветов.
- Лента малярная / флуоресцентная (для временной разметки пола).
- Медикаменты первой необходимости (бинты, перекись водорода, пластыри, охлаждающий спрей).

7. Учебный комплект для каждого обучающегося (индивидуальное пользование):

- Спортивная сумка или рюкзак.
- Дневник самоконтроля спортсмена (блокнот для записи результатов тренировок).
- Бутылка для воды (многоразовая).

8. Требования к специальной одежде обучающихся (форма): Для допуска к занятиям и участия в соревнованиях обязательна единая экипировка:

- *В помещении:* футболка поло (цвета клуба), спортивные шорты/велосипедки, кроссовки с белой подошвой (для сохранения покрытия зала). Использование шипованной обуви запрещено.
- *На улице (в холодное время года):* утепленный спортивный костюм, шапка, перчатки, ветрозащитная куртка, специализированная обувь для бега по пересеченной местности.
- *Волейбол/Баскетбол:* игровые номера на спине формы (прикрепляются к футболкам клуба). Форма приобретается родителями самостоятельно централизованно через родительский комитет либо заказывается школой за счет внебюджетных средств при наличии финансирования.

Методы и педагогические технологии бучения

В рамках деятельности школьного спортивного клуба «Пламя» образовательный процесс строится на сочетании традиционных подходов физической культуры с современными интерактивными технологиями. Основной упор делается на деятельностный подход: обучающийся выступает не как объект педагогического воздействия, а как активный субъект тренировочного процесса. Для всестороннего развития личности спортсмена применяются здоровьесберегающие технологии (строгий контроль пульсовых зон, чередование нагрузок и отдыха), технология дифференцированного обучения (разделение групп по уровню физической подготовки — ГНП, УТГ) и спортивное совершенствование через соревновательный метод.

Ключевой технологией является игровой метод, который позволяет отрабатывать тактические схемы в облегченных условиях (двусторонние игры, эстафеты), снижая монотонность тренировок. Широко используется метод круговой тренировки для комплексного развития физических качеств (силы, выносливости, ловкости). В теоретической части занятий применяется кейс-метод: разбор видеофрагментов профессиональных матчей или тактических ошибок собственной команды.

Формы учебных занятий

Формы организации образовательного процесса определяются спецификой вида спорта, календарем соревнований и дидактическими задачами. При их определении соблюдается единый критерий классификации направленности занятия:

- **По особенностям коммуникативного взаимодействия:**
  - *Тренировочное занятие (практикум)* — основная форма работы над техникой и физикой.
  - *Учебно-тренировочная игра (двусторонка)* — моделирование реального матча.
  - *Теоретический семинар* — просмотр и анализ тактики, изучение правил (включая изменения регламентов федераций).
  - *Мастер-класс* — проведение открытых тренировок с приглашенными тренерами или ветеранами спорта.
  - *Судейский практикум* — обучение правилам игры и самостоятельное судейство товарищеских встреч внутри клуба.
- **По дидактической цели:**
  - *Вводное занятие:* инструктаж по технике безопасности, первичное тестирование ОФП (общей физической подготовки).
  - *Занятие по углублению знаний и умений:* отработка узкоспециализированных элементов (например, стандарты в футболе, штрафные броски в баскетболе).
  - *Контрольное занятие:* сдача контрольно-переводных нормативов (бег 30/60 м, прыжки, подтягивания), участие в прикидках.
  - *Комбинированная форма:* восстановительное занятие (активная растяжка, плавание) после интенсивных турниров.
  - *Выездные занятия:* учебно-тренировочные сборы, посещение спортивных объектов высших достижений, выездные матчевые встречи.

Информационное обеспечение:

Перечень нормативно-правовых актов

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 29.12.2025) (далее – ФЗ-273).
2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года и на перспективу до 2036».
3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
4. Паспорт национального проекта «Молодежь и дети».
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей» (вместе с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года») (в ред. от 01.07.2025, № 1745-р) (далее -Концепция).

6. Распоряжение Правительства РФ от 28.04.2023 № 1105-р

«Об утверждении Концепции информационной безопасности детей в Российской Федерации» (вместе с Концепцией информационной безопасности детей в Российской Федерации).

7. Постановление Правительства РФ от 11.10. 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 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».

9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи») (в ред. от 17.03.2025).

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в ред. от 21.04.2023) (далее - Целевая модель).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г.

№ 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).

13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.04.2023 № 362н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».

15. Локальные акты ОО

Список литературы для педагога

1. Барчуков И.С. Физическая культура. Методики практического обучения: учебник/ Барчуков И. С – М.:КноРус, 2019. – 304с.;

2. Железняк Ю. Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. – М.: Академия, 2018 – 123 с.;
3. Иссурин В.Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки. Из-во «Спорт», 2016 – 252с.;
4. Ник Сортэл Теннис 100 упражнений и советов для юных игроков «Астрель» 2019 – 337с.;
5. Костикова Л, В. Теннис. Азбука спорта. — М. 2002 – 108с;
6. Лихачев О.Е.,Фомин С.Т., Мазурин А.В. Методика обучения индивидуальным действиям в защите. «РГУФК-СГАФКСТ» Москва-Смоленск 2019 – 241с;
7. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать/профессия тренер. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2017 -123 с.;
8. Спортивные игры: правила, техника, тактика/ Серия «Высшее профессиональное образование». – Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 2017 – 352с.;
9. Чернова К А. Подвижные игры в системе подготовки: Метод. рекомендации для тренеров. — М., 2018 – 207 с.

Список литературы для обучающихся

1. Железняк Ю. Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2018 - 123с;
2. Коростылев Н.К. 50 уроков здоровья.- М.: Детская литература, 2019.- 371 с.

Информационные цифровые ресурсы

Пример:

Название сайта/портал	Ссылка
Министерство спорта Российской Федерации	https://minsport.gov.ru
Федерация школьного спорта России (РШФС)	https://рошфс.рф
Олимпийский комитет России (ОКР)	https://www.olympic.ru

Раздел 4. «Приложение к дополнительной общеразвивающей программе»

Календарный учебный график (тематический КУГ) Ссылка

№ п/п	Число, месяц		Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов		Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
					Теоретические	Практические			
Модуль 1. Вводное занятие и ОФП									
1	02	Сентября	17:00-18:40	Беседа	1	1	Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ, цели клуба. Разминка.	Спортивный зал	Карточка-рефлексия «Мои цели», подпись в журнале ТБ
2	04	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Тестирование исходного уровня физподготовки.	Спортивный зал	Протокол сдачи нормативов (бег 30 м, прыжок с места)
3	05	Сентября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Круговая тренировка (станции).	Спортивный зал	Наблюдение за техникой выполнения станций
4	07	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП.	Спортивный зал	Фиксация

							Развитие скоростно-силовых качеств.		времени челночного бега
5	11	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Гибкость и координация.	Спортивный зал	Оценка амплитуды наклона вперед из положения стоя
6	12	Сентября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Эстафеты с элементами спортивных игр.	Спортивный зал	Соревновательный метод (фиксация победившей команды)
7	14	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Подвижные игры	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение за соблюдением правил
8	18	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Командные игры.	Спортивный зал	Оценка командного взаимодействия
9	19	Сентября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Подвижные игры	Спортивный зал	Устный опрос тактических действий

									в игре
10	21	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Эстафеты с элементами спортивных игр	Спортивный зал	Хронометраж этапов эстафеты
11	25	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Круговая тренировка (станции).	Спортивный зал	Заполнение карты индивидуальной нагрузки
12	26	Сентября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Круговая тренировка (станции).	Спортивный зал	Сдача контрольных показателей станций
13	28	Сентября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Подвижные игры	Спортивный зал	Наблюдение
14	02	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Командные игры.	Спортивный зал	Тактическая грамотность перемещений
15	03	Октября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 2. ОФП. Итоговое тестирование ОФП.	Спортивный зал	Итоговый протокол нормативов (сравнение с входным

									тестирование)
Модуль 2. Баскетбол									
16	05	Октября	17:00-18:40	Тренировка	2		Раздел 3. Баскетбол. История, правила. Стойка, перемещения, ведение мяча.	Спортивный зал	Устный опрос + практика дриблинга (оценка техники)
17	09	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Передача и ловля мяча двумя руками от груди, ведение змейкой.	Спортивный зал	Выполнение упражнений в парах (количество потерь)
18	10	Октября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Бросок одной рукой с места. Финты (перевод под ногой).	Спортивный зал	Сдача норматива точности броска (из 10 попыток)
19	12	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Защитная стойка, перехват мяча. Учебная игра 3х3.	Спортивный зал	Оценка тактических действий в защите
20	16	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Позиционное нападение, заслоны.	Спортивный зал	Двусторонняя игра

							Штрафной бросок.		(учет забитых мячей после заслона)
21	17	Октября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Быстрый прорыв 2 в 1.	Спортивный зал	Контроль скорости перехода из защиты в атаку
22	19	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Командные комбинации (отрыв, «двойка»).	Спортивный зал	Решение кейса: розыгрыш комбинации у макета площадки
23	23	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Тактика зонной защиты.	Спортивный зал	Учебная двусторонняя игра (счет владения мячом)
24	24	Октября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Индивидуальные защитные действия против лидера соперника.	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение (количество фолов в нападении)

25	26	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Учебно-тренировочная игра 5х5 по правилам РФБ.	Спортивный зал	Судейская практика обучающимися
26	30	Октября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Борьба за подбор у своего кольца.	Спортивный зал	Кол-во выигранных отскоков индивидуально
27	31	Октября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Итоговый турнир внутри группы по баскетболу.	Спортивный зал	Определение MVP турнира, заполнение таблицы результатов
28	02	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Игра пик-н-ролл.	Спортивный зал	Практическая работа (процент реализации комбинаций)
29	06	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Игра против прессинга.	Спортивный зал	Упражнение «Ведение без зрительного контроля»
30	07	Ноября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Отработка аллей-упа.	Спортивный зал	Практическая работа (синхронно

									сть действий)
31	09	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Игра при вбрасывании из-за боковой линии.	Спортивный зал	Схема розыгрыша (рисунок в дневнике)
32	13	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Игра в неравных составах (при удалении).	Спортивный зал	Игровая симуляция 4х5
33	14	Ноября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Финальная игра первенства клуба.	Спортивный зал	Официальный протокол встречи
34	16	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Общая игровая практика.	Спортивный зал	Наблюдение
35	20	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Корректировка техники штрафного броска.	Спортивный зал	Серии из 50 бросков (фиксация процента попаданий)
36	21	Ноября	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 3. Игра на позиции центрового (пост-апы).	Спортивный зал	Упражнение «1 на 1» в краске
37	23	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Отработка	Спортивный зал	Игра до 10

							концовок четверти.		очков со счетом 80:80
38	27	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 3. Отработка концовок четверти.	Спортивный зал	Двусторонняя игра (таймер 2 минуты чистого времени)
Модуль 3. Настольный теннис									
39	28	Ноября	14:00-15:40	Тренировка	2		Раздел 4. Правила технике безопасности. История развития настольного тенниса.	Спортивный зал	Тест-карта знаний истории спорта
40	30	Ноября	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Теннис. Хват ракетки, жонглирование, накаты справа.	Спортивный зал	Практическая работа (время удержания мяча на ракетке)
41	04	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Накаты слева, перемещение приставным шагом.	Спортивный зал	Выполнение серий ударов по мишеням
42	05	Декабря	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Подача «маятник». Короткая	Спортивный зал	Выполнение подач в секторы

							игра.		стола
43	07	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Подрезка (срезка) справа и слева.	Спортивный зал	Наблюдение за углом наклона ракетки
44	11	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Топ-спин (кручение) справа.	Спортивный зал	Высота отскока мяча от стола
45	12	Декабря	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Тактика одиночной игры. Игра на счет. Раздел 4. Смеш (завершающий удар), прием подачи.	Спортивный зал	Проведение микро-турнира (до 2 побед)
46	14	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Парная игра (тактика перемещений).	Спортивный зал	Судейство пар обучающимися
47	18	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Отработка приема коротких мячей (игра у сетки).	Спортивный зал	Упражнение «Восьмерка» (количество серий

									подряд)
48	19	Декабря	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Игра разнообразными вращениями.	Спортивный зал	Анализ вращения по траектории отскока
49	21	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Психология одиночного поединка.	Спортивный зал	Контроль эмоций во время счета (ведение дневника)
50	25	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Личная встреча (Чемпионат клуба по теннису).	Спортивный зал	Официальный протокол встреч
51	26	Декабря	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Работа над слабыми сторонами игры.	Спортивный зал	Корректировка техники тренером
52	28	Декабря	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Общая игровая практика.	Спортивный зал	Наблюдение
53	11	Января	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Игра блоком (вертикальная кисть).	Спортивный зал	Удержание мяча в игре (серии)

54	15	Января	17:00-18:40	Тренировка	2		Раздел 4. Подачи: имитация подачи мяча, «Маятник», «Челнок».	Спортивный зал	Тест на знание видов подач
55	16	Января	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Удар «крученая свеча». Удар «Стоп». Удар подача и ее прием	Спортивный зал	Практическая работа (попадание в заднюю линию)
56	18	Января	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Плоский удар. Отработка ударов.	Спортивный зал	Скорость полета мяча (визуально/ секундомер)
57	22	Января	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Накат открытой ракеткой справа. Накат закрытой ракеткой слева	Спортивный зал	Серийность выполнения (без ошибок)
58	23	Января	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Двустороння игра	Спортивный зал	Двусторонняя игра на счет
59	25	Января	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Игра в парах. Анализ наиболее частых ошибок.	Спортивный зал	Просмотр видеозаписи тренировки
60	29	Января	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 4. Игра в парах.	Спортивный зал	Темп обмена

							Быстрая атака		ударами (ударов в минуту)
61	30	Января	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 4. Анализ ошибок. Подведение итогов	Спортивный зал	Самоанализ выступления
Модуль 4. Волейбол									
62	01	Февраля	17:00-18:40	Тренировка	2		Раздел 5. Правила игры в волейбол. История развития волейбола.	Спортивный зал	Тестирование правил (либеро, касания)
63	05	Февраля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Нижняя передача, прием подачи снизу.	Спортивный зал	Жесткий прием в цель (кольцо/обруч)
64	06	Февраля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Прямой нападающий удар через сетку.	Спортивный зал	Напрыгивание на тумбу (высота выпрыгивания)
65	08	Февраля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Подача в прыжке и планирующая подача.	Спортивный зал	Попадание в зоны 1 и 5

66	12	Февраля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Блокирование (индивидуальное и групповое).	Спортивный зал	Перчатки для блока (касание мяча)
67	13	Февраля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Тактика первого темпа (взлет).	Спортивный зал	Связка с центральным (ритм)
68	15	Февраля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Страховка нападающего.	Спортивный зал	Упражнение «Эшелон»
69	19	Февраля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Игра в защите (спасения в падении).	Спортивный зал	Кувырки и перекаты (оценка смелости/динамики)
70	20	Февраля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Розыгрыш комбинации «Пайп».	Спортивный зал	Атакующий удар вторым темпом (точность)
71	26	Февраля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Учебно-тренировочная игра 4х4.	Спортивный зал	Соблюдение расстановки (судейство)
72	27	Февраля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Работа	Спортивный зал	Доводка

							связующего игрока.		мяча в 3-ю зону (точность %)
73	01	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Общая игровая практика	Спортивный зал	Наблюдение
74	05	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Отработка тай-брейка.	Спортивный зал	Игра до 15 очков
75	06	Марта	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Игра без замен (ротация по кругу).	Спортивный зал	Выносливость (контроль пульса)
76	12	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи.	Спортивный зал	Прием мяча с подачи (стабильность)
77	13	Марта	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. Одиночное блокирование.	Спортивный зал	Одиночное блокирование (блок-аут)
78	15	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Круговая	Спортивный зал	Приемы и

							тренировка на развитие силовых качеств. Приемы и передачи мяча.		передачи мяча (качество контакта)
79	19	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Совершенствование прямого нападающего удара. Развитие прыгучести	Спортивный зал	Развитие прыгучести (лента высоты)
80	20	Марта	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.	Спортивный зал	Действия в защите и нападении (коэффициент полезности)
81	22	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Совершенствование навыков защитных действий посредством учебно-тренировочной игры.	Спортивный зал	Учебно-тренировочная игра
82	26	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно - тренировочной игры	Спортивный зал	Учебно-тренировочная игра
83	27	Марта	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 5. Совершенствование навыков защитных действий.	Спортивный зал	Учебно-тренировочная игра

84	29	Марта	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 5. Анализ ошибок. Подведение итогов	Спортивный зал	Самоанализ видео
Модуль 5. Футбол									
85	02	Апреля	17:00-18:40	Тренировка	2		Раздел 6. Правила игры в футбол.	Спортивный зал	Тест-карта (правило офсайда)
86	03	Апреля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Футбол. Ведение, финты, удары по воротам.	Спортивный зал	Дриблинг вокруг стоек (секундомер)
87	05	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Передачи в движении, открывания.	Спортивный зал	Упражнение «Треугольник» (количество брака)
88	09	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра головой (верховые мячи).	Спортивный зал	Безопасность шеи (техкарта)
89	10	Апреля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Тактика мини-футбола (позиции).	Спортивный зал	Игра 5х5 (удержание позиций)
90	12	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Вратарская техника (ловля, падение).	Спортивный зал	Координация вратаря (низкие/выс

									окие мячи)
91	16	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Стандартные положения (угловой, штрафной).	Спортивный зал	Отработка розыгрыша комбинаций
92	17	Апреля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра в обороне (отбор корпусом).	Спортивный зал	Силовая борьба (правильность толчка)
93	19	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Контратаки 3 в 2.	Спортивный зал	Скорость принятия решений
94	23	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра на удержание счета.	Спортивный зал	Тайм-менеджмент (контроль мяча)
95	24	Апреля	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Общая игровая практика.	Спортивный зал	Наблюдение
96	26	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра на вязком грунте (после дождя).	Спортивный зал	Низкие передачи (скольжение мяча)
97	30	Апреля	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра «на третьего».	Спортивный зал	Пас пяткой (не глядя)
98	03	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Финт	Спортивный зал	Техника

							«Роналду» и «Эластико».		исполнения (оценка тренера)
99	07	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра в меньшинстве.	Спортивный зал	Плотность обороны
100	08	Мая	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра в большинстве.	Спортивный зал	Ширина атаки
101	14	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Общая игровая практика.	Спортивный зал	Наблюдение
102	15	Мая	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Отработка пенальти.	Спортивный зал	Психологическое давление (вратарь vs пенальтист)
103	17	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Игра на узком поле (коробка).	Спортивный зал	Скоростная выносливость
104	21	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Общая игровая практика.	Спортивный зал	Наблюдение
105	22	Мая	14:00-15:40	Тренировка		2	Раздел 6. Учебно-тренировочная игра.	Спортивный зал	Протокол матча
106	24	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Восстановительная тренировка.	Спортивный зал	Самоконтроль пульса

107	28	Мая	17:00-18:40	Тренировка		2	Раздел 6. Заключительный футбольный матч сезона.	Спортивный зал	Протокол матча
Модуль 6. Итоговое занятие									
108	29	Мая	14:00-15:40	Зачёт	1	1	Раздел 6. Подведение итогов года. Сдача контрольно-переводных нормативов ГТО.	Спортивный зал	Итоговый протокол аттестации, вручение портфолио достижений

Приложение 2

Оценочные материалы

Диагностическая методика оценки личностных результатов

№ п/п	Личностный показатель	Цель диагностики	Методы и инструменты
1.	Ответственность и организованность	Оценка готовности выполнять поставленную задачу и соблюдать правила	Наблюдение за выполнением заданий, ведение дневника тренировок
2.	Дисциплинированность и волевая саморегуляция	Оценка способности преодолевать усталость и следовать режиму	Педагогическое наблюдение, беседа с тренером
3.	Командная работа и взаимоуважение	Выявление умения подчинять личные интересы командным целям	Игровые упражнения, социометрия в группе
4.	Спортивное поведение и честная игра	Оценка соблюдения этических норм соревнований	Судейство учебных игр, экспертная оценка тренера
5.	Стремление к здоровому образу жизни	Определение сформированности привычек ЗОЖ	Анкетирование, мониторинг посещаемости

Критерии оценивания личностных результатов (3-х бальная шкала)

№ п/п	Показатель	3 балла-высокий уровень	2 балла-средний уровень	1 балл-низкий уровень
1.	Ответственность и организованность	Всегда вовремя приходит на тренировку, бережно	Иногда опаздывает или забывает элементы	Систематически нарушает дисциплину, небрежно

		относится к инвентарю, самостоятельно готовит форму	формы, выполняет поручения только под контролем	обращается со спортивным оборудованием
2.	Дисциплинированность и воля	Выполняет сложные нормативы до конца, не жалуется на трудности, соблюдает спортивный режим	Нуждается во внешнем контроле для выполнения тяжелых упражнений, иногда нарушает режим	Отказывается от выполнения нагрузок при усталости, игнорирует рекомендации по питанию и отдыху
3.	Командная работа	Активно взаимодействует с партнерами, поддерживает товарищей, радуется успехам команды	Взаимодействует только с близкими друзьями, проявляет эгоизм ради личной статистики	Игнорирует партнеров, вступает в конфликты на площадке
4.	Спортивное поведение	Уважительно относится к соперникам и судьям, признает свои ошибки без споров	Спорит с решениями судей, но быстро успокаивается	Проявляет агрессию к соперникам, намеренно нарушает правила
5.	Стремление к ЗОЖ	Соблюдает режим сна и питания, пропагандирует отказ от вредных привычек среди сверстников	Понимает важность ЗОЖ, но допускает нарушения режима вне секции	Не придает значения режиму дня, имеет вредные привычки

Оценочный лист личностного развития обучающихся

Ф.И. обучающегося	Баллы за показатели	Общая сумма баллов	Уровень развития

Уровень развития:

13–15 баллов — высокий,
8–12 баллов — средний,
5–7 баллов — низкий.

Диагностическая методика оценки метапредметных результатов

№ п/п	Конкретный показатель	Метод диагностики	Инструментарий
1.	Регулятивные УУД: целеполагание и планирование тренировки	Самоанализ тренировочного процесса	Дневник самоконтроля спортсмена
2.	Познавательные УУД: тактическое мышление	Решение игровых ситуаций	Тактические схемы, разбор видеоанализа матчей
3.	Коммуникативные УУД: владение спортивной терминологией	Устный опрос, двусторонняя игра	Карточки терминов, протокол игры
4.	Навык анализа собственных действий	Просмотр видеозаписей своих игр	Чек-лист самоанализа ошибок
5.	Навык оказания первой помощи	Практический зачет	Манекен-тренажер, аптечка

Критерии оценивания метапредметных результатов (3-х бальная шкала)

№ п/п	Показатель	3 балла-высокий уровень	2 балла-средний уровень	1 балл-низкий уровень
1.	Регулятивные УУД	Самостоятельно ставит микроцели на тренировку и анализирует их выполнение	Ставит цели только с помощью тренера, поверхностно оценивает результат	Не понимает целей занятия, тренируется механически
2.	Познавательные УУД	Читает игру соперника, предлагает тактические перестроения команде	Действует строго по установке тренера, теряется при смене тактики соперника	Не видит перемещения игроков, действует хаотично
3.	Коммуникативные УУД	Четко использует жесты и	Использует базовую терминологию,	Молчит на площадке, не реагирует на

		голосовые команды, корректно подсказывает партнерам	но делает это несвоевременно	сигналы партнера 2

Оценочный лист метапредметных результатов обучающихся

Ф.И. обучающегося	Баллы за показатели	Общая сумма баллов	Уровень развития

Уровень развития:

13–15 баллов — высокий,
8–12 баллов — средний,
5–7 баллов — низкий.

Диагностическая методика оценки предметных результатов

№ п/п	Показатель	Что оценивается	Метод	Инструмент
1.	Владение базовой техникой вида спорта	Корректность выполнения основных приемов (пас, бросок, удар, ведение)	Контрольные испытания (нормативы), визуальный контроль	Протокол сдачи нормативов
2.	Развитие физических качеств	Скорость, выносливость, сила, гибкость	Тестирование (челночный бег, прыжки, подтягивания)	Ведомость ОФП
3.	Правила избранного вида спорта	Знание официальных правил и жестов судьи	Теоретический тест	Билетный опрос, компьютерный тест

		Способность переносить специфические нагрузки	Круговая тренировка	Секундомер, пульсометр

Критерии оценивания предметных результатов (3-х бальная шкала)

№ п/п	Показатель	3 балла-высокий уровень	2 балла-средний уровень	1 балл-низкий уровень
1.	Владение техникой	Выполняет технический элемент стабильно правильно в условиях сопротивления соперника	Выполняет элемент верно в статике, но ошибается в динамике (под давлением)	Допускает грубые технические ошибки, не может выполнить прием
2.	Физические качества	Показывает результат выше среднего возрастного норматива	Соответствует среднему возрастному нормативу	Результат ниже базового возрастного норматива
3.	Правила вида спорта	Знает все нюансы правил, может объяснить их новичкам	Знает основные правила, но путается в трактовках спорных моментов	Не знает базовых положений (количество игроков, размеры площадки)

Оценочный лист предметных результатов обучающихся

Ф.И. обучающегося	Баллы за показатели	Общая сумма баллов	Уровень развития
Сидоров Петр	2+2+2+2+2	10	Средний

Уровень развития:

13–15 баллов — высокий,
8–12 баллов — средний,
5–7 баллов — низкий.

Приложение 3

Методическое обеспечение программы

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

№	Упражнение	Показатель	Возраст				
			12	13	14	15	16
1	Бег 30 м, сек	высокий	*8,3*	*5,9*	*5,9*	*5,3*	*5,3*
		средний	*8,6*	*6,5*	*6,5*	*5,9*	*5,9*
		низкий	*9,6*	*7,1*	*7,1*	*6,3*	*6,3*
2	Челночный бег 3м х 10 м, сек	высокий	*9,9*	*9,1*	*9,1*	*8,4*	*8,4*
		средний	*10,8*	*9,8*	*9,8*	*9,2*	*9,2*
		низкий	*11,2*	*10,5*	*10,5*	*9,7*	*9,7*
3	Бег 60 м, сек	высокий	-	-	-	-	-
		средний	-	-	-	-	-
		низкий	-	-	-	-	-
4	Бег 1 км, мин/сек	высокий	*без учета времени*	*5:12*	*5:12*	*4,42*	*4,42*
		средний		*6:30*	*6:30*	*5:41*	*5:41*
		низкий		*7:21*	*7:21*	*6:20*	*6:20*
5	Бег 1,5 км, мин/сек	высокий					
		средний					
		низкий					
6	Прыжок в длину с места, см	высокий	*115*	*142*	*160*	*162*	*162*
		средний	*95*	*122*	*140*	*142*	*142*
		низкий	*85*	*108*	*130*	*128*	*128*