

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга

МАОУ СОШ № 71



УТВЕРЖДЕНО
директор МАОУ СОШ №71
Н.А.Швидко
приказ № 76.2-од
от «30» августа 2024 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«ШКОЛА МЯЧА»

(к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе физкультурно-спортивной направленности «Школа
мяча»

Срок реализации – 2024-2025 учебный год

Педагог дополнительного образования Гусева М.В.

Екатеринбург, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Школа мяча» разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мяча», которая ставит своей целью - *содействие гармоничному, физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья обучающихся, привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями*, адресована обучающимся 7-12 лет и рассчитана на срок обучения 1 год.

В 2024-2025 учебном году по программе обучаются дети:

- 8-10 лет, общий объем часов –78.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить технике стоек и перемещений, передач мяча, приему мяча, подачам, атакующему удару, блокированию;
- сформировать навыки в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- научить выполнять нормативные требования по видам подготовки;
- дать знания об основах техники и тактики игры.

Развивающие:

- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости;
- повышение уровня общей физической подготовленности.

Воспитательные:

- привить стойкий интерес к занятиям волейболом;

- укрепить здоровье и содействовать правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности.

Количество групп обучения – 1.

Количество обучающихся в группе– 15-18 человек.

Занятия в группе 1 года обучения проводятся 2 раза в неделю по 1 часу (итого – 2 часа).

В соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой каждое занятие для группы обучения состоит из теоретической части (11 часов в год) и практической части (65 часов в год).

Ведущие методы работы:

- тренировки по общей и специальной физической подготовке (занятия на воздухе, игры, эстафеты);
- теоретические занятия в форме бесед, дискуссий, тестов;
- соревновательные игры и эстафеты;
- участия в соревнованиях различного уровня.

Участие в соревнованиях различного уровня является неотъемлемой частью учебного процесса.

Формы организации процесса обучения:

1. Комбинированное занятие (объяснение, демонстрация информации в форме рассказа, опрос в форме беседы, диалога, выполнение практических заданий).
2. Практическое занятие (индивидуальная и групповая работа, выполнение практических упражнений, заданий).
3. Открытые занятия, участие в спортивных мероприятиях различного уровня.

Текущая и итоговая аттестация осуществляется в следующих формах:

- контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке;

- участие в соревнованиях;
- наблюдение;
- опрос по пройденному теоретическому материалу;
- выполнение практических упражнений.

Текущая аттестация проводится в период с 26.12.2024 по 31.12.2025.

Итоговая аттестация проводится в период с 22.05.2024 по 26.05.2025.

Планируемые результаты освоения курса обучения:

Личностные результаты:

- сформировать понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека;
- развить патриотическое чувство через занятия спортом и изучение истории спорта в России;
- развить потребность принятия норм здорового образа жизни, позитивного общения друг с другом.

Метапредметные результаты:

- уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (соблюдение режима дня, выполнение утренней зарядки, участие в оздоровительных мероприятиях и т. д.);
- уметь планировать свое свободное время;
- развить навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты:

- владеть основными понятиями и правилами спортивных и подвижных игр;

- владеть основными фактами из истории развития баскетбола и волейбола в России;
- выполнять нормативы по ОФП.

Особенностями организации образовательного процесса в текущем учебном году являются следующие:

- изменение количества занятий, объединение тем в связи с праздничными, нерабочими и неучебными датами (объединение тем 52 и 53 в связи с праздником 8 марта).

Календарно-тематический план группа № 1

Время и место проведения занятий – в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

| № п/п | Дата | Тема занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Формы/ методы контроля |
|-------|------------|---|-------------------------|--------------|--|
| 1. | 06.09.2024 | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ. | Комбинированное занятие | 2 | - |
| 2. | 09.09.2024 | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ. | Комбинированное занятие | 2 | - |
| 3. | 13.09.2024 | Общая физическая подготовка | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 4. | 16.09.2024 | Общая физическая подготовка | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, сдача нормативов, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 5. | 20.09.2024 | ОФП. Гимнастические упражнения | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |

| | | | | | |
|-----|------------|-------------------------------------|-------------------------|---|--|
| 6. | 23.09.2024 | ОФП. Гимнастические упражнения | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 7. | 27.09.2024 | ОФП. Беговые и прыжковые упражнения | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 8. | 30.09.2024 | ОФП. Беговые и прыжковые упражнения | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 9. | 04.10.2024 | Эстафеты с баскетбольными мячами | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 10. | 07.10.2024 | Эстафеты с баскетбольными мячами | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 11. | 11.10.2024 | Эстафеты с мячами | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 12. | 14.10.2024 | Эстафеты с мячами | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 13. | 15.10.2024 | Эстафеты с бегом и прыжками | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 14. | 18.10.2024 | Эстафеты с бегом и прыжками | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 15. | 21.10.2024 | Отличие спортивных игр от подвижных | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 16. | 25.10.2024 | Отличие спортивных игр от подвижных | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 17. | 28.10.2024 | Подвижные игры | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 18. | 01.11.2024 | Подвижные игры | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |

| | | | | | |
|-----|------------|-----------------------------|-------------------------|---|--|
| 19. | 02.11.2024 | Подвижные игры | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 20. | 08.11.2024 | Подвижные игры | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 21. | 11.11.2024 | Подвижные игры с мячами | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 22. | 15.11.2024 | Подвижные игры с мячами | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 23. | 18.11.2024 | Спортивная игра «волейбол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 24. | 22.11.2024 | Спортивная игра «волейбол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 25. | 25.11.2024 | Спортивная игра «пионербол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 26. | 29.11.2024 | Спортивная игра «пионербол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 27. | 30.11.2022 | Спортивная игра «пионербол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 28. | 06.12.2024 | Спортивная игра «пионербол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 29. | 09.12.2024 | Спортивная игра «баскетбол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 30. | 13.12.2024 | Спортивная игра «баскетбол» | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 31. | 16.12.2024 | Подача волейбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |

| | | | | | |
|-----|------------|--|-------------------------|---|--|
| 32. | 20.12.2024 | Подача волейбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 33. | 23.12.2024 | Подача волейбольного мяча. | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 34. | 27.12.2024 | Текущая аттестация | Комбинированное занятие | 1 | Опрос по пройденному материалу, наблюдение, контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке |
| 35. | 28.12.2024 | Текущая аттестация | Комбинированное занятие | 1 | Опрос по пройденному материалу, наблюдение, контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке |
| 36. | 08.01.2025 | Подача волейбольного мяча. Инструктаж по ТБ и ПБ | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 37. | 10.01.2025 | Подача баскетбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 38. | 17.01.2025 | Подача баскетбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 39. | 20.01.2025 | Прием и передача мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 40. | 24.01.2025 | Прием и передача мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 41. | 27.01.2025 | Прием и передача мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 42. | 31.01.2025 | Прием и передача мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 43. | 03.02.2025 | Прием и передача мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 44. | 07.02.2025 | Прием и передача мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 45. | 10.02.2025 | Пас мяча через сетку | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 46. | 14.02.2025 | Пас мяча через сетку | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 47. | 17.02.2025 | Пас мяча через сетку | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 48. | 21.02.2025 | Пас мяча через сетку | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, |

| | | | | | |
|-----|------------|--------------------------------------|-------------------------|---|--|
| | | | | | выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 49. | 24.02.2025 | Пас мяча в кольцо | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 50. | 28.02.2025 | Пас мяча в кольцо | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 51. | 01.03.2025 | Ведение и броски волейбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 52. | 07.03.2025 | Ведение и броски волейбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 53. | | Ведение и броски волейбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 54. | 14.03.2025 | Ведение и броски волейбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 55. | 17.03.2025 | Ведение и броски баскетбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 56. | 21.03.2025 | Ведение и броски баскетбольного мяча | Практическое занятие | 1 | Выполнение практических заданий, наблюдение |
| 57. | 24.03.2025 | Защита и нападение | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 58. | 28.03.2025 | Защита и нападение | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 59. | 31.03.2025 | Защита и нападение | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 60. | 03.04.2025 | Защита и нападение | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 61. | 04.04.2025 | Защита и нападение | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |
| 62. | 11.04.2025 | Защита и нападение | Комбинированное занятие | 1 | Групповой и индивидуальный опрос, выполнение практических упражнений, наблюдение |

| | | | | | |
|--------------|-------------|------------------------------------|----------------------|-----------|--|
| 63. | 14.04.2025 | Товарищеская встреча по пионерболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 64. | 18.04.2025 | Товарищеская встреча по пионерболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 65. | 21.04.2025 | Товарищеская встреча по пионерболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 66. | 25.04.2023 | Товарищеская встреча по пионерболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 67. | 26. 04.2025 | Товарищеская встреча по баскетболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 68. | 02.05.2025 | Товарищеская встреча по баскетболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 69. | 05.05.2025 | Товарищеская встреча по баскетболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 70. | 12.05.2025 | Товарищеская встреча по баскетболу | Практическое занятие | 1 | Групповая работа, наблюдение |
| 71. | 16.05.2025 | Соревнования по пионерболу | Практическое занятие | 1 | Наблюдение |
| 72. | 19.05.2025 | Соревнования по пионерболу | Практическое занятие | 1 | Наблюдение |
| 73. | 23.05.2025 | Итоговая аттестация | Практическое занятие | 1 | Выполнение нормативов и практических заданий, наблюдение |
| 74. | 26.05.2025 | Итоговая аттестация | Практическое занятие | 1 | Выполнение нормативов и практических заданий, наблюдение |
| 75. | 29.05.2025 | Заключительное занятие | Практическое занятие | 1 | - |
| 76. | 30.05.2025 | Заключительное занятие | Практическое занятие | 1 | - |
| Итого | | | | 78 | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 209456830344270487273059057625064489973230298045

Владелец Шиндина Татьяна Андреевна

Действителен с 17.09.2024 по 17.09.2025