

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