

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Набережные Челны  
«Лицей-интернат №79»

Принято  
Педагогическим советом  
Протокол от «29» августа 2023 г.  
№1

Введено приказом  
от «29» августа 2023 г. №  
Директор лицея  
\_\_\_\_\_ Р.Р. Сафиуллин

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Империя спорта и здоровья»**

***Направленность: физкультурно-спортивная***

***Возраст учащихся: 11-17 лет***

***Срок реализации: 1 год (34 часа)***

Педагог:  
Шайхутдинов Ильдар Расимович  
учитель физической культуры  
высшей квалификационной категории

Набережные Челны  
2023 год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа рассчитана на учащихся 5 – 11 классов. Программа позволяет решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всего срока обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, привлечение школьников к систематическому участию в спортивно – массовых мероприятиях, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Цель данной программы** – повысить уровень общей физической подготовки, привить любовь к занятиям физической культурой и спортом, через участие в спортивно – массовых мероприятиях и акциях.

### **Задачи:**

1. реализация образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности;
2. вовлечение школьников в систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом;
3. проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований;
4. участие в планомерной и систематической подготовке школьников к сдаче норм ГТО;
5. комплектование и подготовка команд обучающихся по различным видам спорта для участия в муниципальных и региональных соревнованиях;
6. подготовка из числа учащихся физкультурный актив в помощь учителям для проведения массовой физкультурной и спортивной работы в школе;
7. пропаганда физической культуры и спорта среди учащихся как непереносимых средств укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности.

### **В своём предметном содержании программа направлена на:**

Организацию физического воспитания школьников через:

- уроки по физической культуре;
- внеклассные спортивно-массовые мероприятия;

Действенность системы физического воспитания обеспечивается высокой эффективностью уроков физической культуры, их инструктивной направленностью, рациональным содержанием, количеством и объемом массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, широким вовлечением учащихся в различные формы внеклассной и внешкольной работы по физической культуре, спорту и туризму, регулярным врачебно-педагогическим контролем за здоровьем учащихся, за учебно-воспитательным процессом.

Основным организационно-педагогическим принципом осуществления физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является дифференцированное применение средств физической культуры в занятиях со школьниками разного пола и возраста с учетом состояния их здоровья, степени физического развития и уровня подготовленности.

### **Содержание деятельности Спортивного клуба**

Деятельность ШСК осуществляется по 4 направлениям:

#### **1. Организация спортивных мероприятий**

Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий (внутришкольные соревнования, спортивные праздники, акции, фестивали, тренинги, внеурочная деятельность), Организация подготовки и сдачи норм ГТО.

## **2. Участие в Муниципальных соревнованиях**

Комплектация школьной команды для участия в Спартакиаде школьных спортивных клубов Республики Татарстан спортивных мероприятиях республиканского значения («Лыжня Татарстана», «Кросс-Татарстана и тд)

## **3. Пропаганда физической культуры, спорта.**

Создание уголка физической культуры, стенда ГТО. Организуют беседы на темы о значении физической культуры, правилах гигиены, режима питания, двигательной активности.

## **4. Благоустройство спортивных сооружений**

Содействие руководству школы в благоустройстве спортивных сооружений, обеспечении сохранности спортивного оборудования и инвентаря (возлагается на учащихся из числа членов совета спортивного клуба).

Основными формами организации в реализации данной программы являются физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия по внеурочной деятельности, самостоятельные занятия физическими упражнениями, акции. При всей значимости физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня ведущей формой организации внеклассной спортивно-массовой работы является деятельность коллектива спортклуба. Он является самостоятельной организацией, призванной всемерно развивать массовую физическую культуру и спорт среди учащихся.

Для успешного выполнения своих обязанностей учителя ФК используют методы, приемы и формы организации, отвечающие современным требованиям теории и методики физического воспитания школьников.

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН**  
**РАБОТЫ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «МАСТЕР СПОРТ»**  
**НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№	Месяц	Организационные мероприятия	Ответственный
1	Октябрь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заседание совета клуба «МАСТЕР СПОРТ» <ul style="list-style-type: none"> <li>· Утверждение совета клуба</li> <li>· Составление плана работы на учебный год</li> <li>· Распределение обязанностей</li> </ul> </li> <li>2. Подготовка к осеннему легкоатлетическому кроссу.</li> <li>3. Участие в Кроссе-Татарстана 2023</li> <li>4. Проведения школьного этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.</li> <li>5. Участие во Всероссийском конкурсе «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»</li> <li>6. Анализ справок допуска к ГТО и формирование списка подготовительной и специальной медицинской группы.</li> <li>7. Сдача норм и заполнение протоколов ГТО 4,5, 6 ступень.</li> <li>8. Участие в муниципальном этапе Всероссийского чемпионата школьной баскетбольной лиги «КЭС-БАСКЕТ» 2023</li> <li>9. Регистрация/активация лицеистов на сайте ШВЛ. Создание команд, матчей, фотоотчет на сайте ШВЛ.</li> <li>10. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> <li>11. Сбор документации и участие во Всероссийских президентских играх и состязаниях.</li> </ol>	<p>Председатель клуба «МАСТЕР СПОРТ»</p> <p>Учитель физической культуры</p>

2	Ноябрь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение декады здоровья <ul style="list-style-type: none"> <li>- рейд «внешний вид»</li> <li>- составление слоганов «витамины, витамины...» на уроках русского языка.</li> <li>- классные часы по теме «здоровое питание»</li> <li>- фитнес-разминка в спортивном зале</li> <li>- акция «Хочу быть здоровым, потому что...»</li> <li>- фотовыставка «мое здоровое питание»</li> <li>- классные часы по теме « Вредные привычки»</li> <li>- акция «Веселые перемены»</li> <li>- акция «Подвижные игры»</li> <li>- конкурс рисунков по ЗОЖ</li> <li>- день психолога</li> <li>- выступление врача нарколога</li> <li>- выступление врача гинеколога</li> </ul> </li> <li>2. Участие в Региональной олимпиаде по физической культуре и олимпийского движения на базе ФГБОУ ВПО НИСПТР</li> <li>3. День спортивных игр. Турнир по волейболу на кубок лица.</li> <li>4. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> </ol>	Учителя физической культуры, совет клуба
3	Декабрь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подготовка информационного стенда «ГТО»</li> <li>2. Подготовка и проведение школьных соревнований по баскетболу</li> <li>3. Участие в Первенстве по баскетболу на Кубок Мэра города</li> <li>4. Участие в Первенстве по волейболу баскетболу на Кубок Мэра города</li> <li>5. Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье.</li> <li>6. Санитарно-гигиеническая обработка и ремонт спортивного инвентаря и оборудования, подготовка лыжного оборудования, заточка коньков. к зимнему сезону.</li> <li>7. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> <li>8. Сбор документации и участие во Всероссийских президентских играх и состязаниях.</li> </ol>	Учитель физической культуры, совет клуба

4	Январь	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье</li> <li>2. Участие в Первенстве города по лыжным гонкам.</li> <li>3. Спортивно-оздоровительное мероприятие на корте на коньках «Здоровым быть здорово!»</li> <li>4. Работа с учащимися по проектной деятельности по предмету физическая культура ,ОБЖ.</li> <li>5. Новогодний турнир по волейболу на кубок лица «Спорт-здоровье, Спорт-успех!»</li> <li>6. Массовые катания на коньках.</li> <li>7. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> <li>8. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков. Учитель физической культуры, совет клуба.</li> </ol>	
5	Февраль	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заседание совета клуба «МАСТЕР СПОРТ»: Подведение итогов за полугодие</li> <li>2. Участие в Первенстве города по конькобежному спорту.</li> <li>3. Участие в Первенстве города по волейболу</li> <li>4. Подготовка и проведение спортивного праздника, посвященного Дню защитника Отечества «Военная полоса препятствия»</li> <li>5. Массовые катания на коньках.</li> <li>6. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> </ol>	Учитель физической культуры, совет клуба
6	Март	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Участие в первенстве города по баскетболу</li> <li>2. Участие во Всероссийском проекте «Кэс-Баскет»</li> <li>3. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> <li>4. Сдача норм и заполнение протоколов ГТО 3 ступень.</li> </ol>	Учитель физической культуры, совет клуба
7	Апрель	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье.</li> <li>2. Тренировочные занятия по волейболу, баскетболу, легкой атлетике по расписанию дополнительных кружков.</li> <li>3. Товарищеский матч по волейболу в МАОУ «Лицей-интернат №84» в рамках подготовки к спартакиаде города Набережные Челны на Кубок Мэра.</li> </ol>	Учитель физической культуры, совет клуба

8	Май	1. Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье 2. Итоговое заседание клуба «МАСТЕР СПОРТ» -Подведение итогов года -Отчет председателя совета клуба	Учитель физической культуры, совет клуба
---	-----	---	--

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ  
«Империя спорта и здоровья»**

№ п/ п	Название раздела / Тема	Количество часов всего			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Тео рия	Прак тика	
1.	Технико-тактические действия и приемы игры: волейбол:	13	-	13	Контрольные нормативы
2.	Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол	15	-	15	
3.	Технико-тактические действия и приемы игры в гандбол	6	-	6	
	<b>Итого</b>		<b>34</b>		

**Календарно-тематическое планирование по дополнительному образованию «Империя спорта и здоровья»**

№  П/ П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛОВ	ТЕМА ЗАНЯТИЙ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИ И УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ	ОСНОВНЫЕ ВИДЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	ДАТА ПРОВЕДЕНИ Я	
						ПЛА Н	ФАК Т
1.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры: <u>технические действия и приемы</u> игры в волейбол: Перемещение в стойке приставными шагами боком. Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре. Правила игры в волейбол Физическая культура как область знаний: <u>Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом (волейбол)</u>	1	Тренировочное занятие	Овладевают основными приемами игры в волейбол. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Соблюдают правила безопасности.		
2.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технические действия и приемы</u> игры в волейбол: Стойки и передвижения игрока. <u>Перемещение в стойке приставными шагами лицом и спиной вперед.</u>	1	Тренировочное занятие	Осваивают технику передвижений.. Описывают разучиваемые технические действия. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности.		
3.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технические действия и приемы</u> игры в волейбол: Стойка игрока. <u>Передача мяча сверху двумя</u>	1	Тренировочное занятие	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные		



		руками на месте. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.			ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности.		
4.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: Передача мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой.</u> Упражнения по совершенствованию координационных способностей.	1	Тренировочное занятие	Описывают технику передачи мяча сверху двумя руками, осваивают ее самостоятельно, анализируют правильность выполнения и выявляют грубые ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
5.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.</u> Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	1		Описывают технику передачи мяча сверху двумя руками. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
6.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: Прием мяча снизу двумя руками в парах. Прием и передача мяча двумя руками снизу на месте в паре, через сетку.</u> Правила игры в волейбол. Игра по упрощенным правилам.	1	Тренировочное занятие	Осваивают технику передачи мяча снизу двумя руками самостоятельно, анализируют правильность выполнения и выявляют грубые ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.		

7.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: Комбинации из освоенных элементов: прием, передача.</u> Игра по упрощенным правилам мини - волейбола.	1	Тренировочное занятие	Описывают технику изучаемых игровых действий, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Используют игру волейбол в организации активного отдыха.		
8.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: нижняя прямая подача мяча через сетку.</u> Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучивания волейбола	1	Тренировочное занятие	Описывают технику прямой нижней подачи мяча. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
9.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: нижняя прямая подача мяча в заданную зону.</u> <u>Правила самоконтроля.</u>	1	Тренировочное занятие	Описывают технику прямой нижней подачи, осваивают ее самостоятельно, анализируют правильность выполнения и выявляют грубые ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.		
10.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.</u> Игра по упрощенным правилам.	1		Описывают технику прямого нападающего удара, осваивают ее самостоятельно, анализируют правильность выполнения и выявляют грубые ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и		

					действий, соблюдают правила безопасности.		
11.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, нападающий удар.</u> Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	1	Тренировочное занятие	Описывают технику изучаемых игровых действий, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Используют игру волейбол в организации активного отдыха.		
12.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, нападающий удар. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0)</u> Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	2	Тренировочное занятие	Осваивают универсальные умения по взаимодействию в группах при организации занятий. Взаимодействуют со сверстниками в процессе занятий, соблюдают правила безопасности и правил соревнований.		
13.							
14.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Физическое совершенствование. <i>Спортивно - оздоровительная деятельность. Спортивные игры: <u>техничко-тактические действия и приемы игры в баскетбол: Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком. Правила игры в баскетбол. Физическая культура как область знаний: <u>Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом (баскетбол)</u></u></i>	1	Тренировочное занятие	Овладевают основными приемами игры в баскетбол. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Соблюдают правила безопасности		

15.	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> : Остановка прыжком. Повороты с мячом. Эстафета с элементами баскетбола.	2	Тренировочное занятие	Осваивают технику передвижений, остановки и поворота. Описывают разучиваемые технические действия		
16.							
17.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> : <u>Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте без сопротивления защитника (в парах)</u> . Физическая культура как область знаний: <u>Техника движений и ее основные показатели</u> : понятие «техника движений », «двигательное умение» и «двигательный навык»; роль внимания в освоении техники движений.	1	Тренировочное занятие	Демонстрируют технику ловли и передачи мяча в различных вариантах и сочетаниях. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий. Знают и различают понятия «техника движений », «двигательное умение» и «двигательный навык»		
18.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> : <u>Ловля и передача мяча одной рукой от плеча в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге)</u> . Подвижная игра с элементами баскетбола	1	Тренировочное занятие	Демонстрируют технику ловли и передачи мяча в различных вариантах. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий		
19.	<b>Спортивно - оздоровительная</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> : <u>Комбинации из</u>	2	Тренировочное занятие	Применяют технические приёмы в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения		

20.	деятельность	освоенных элементов: <u>ловля, передача.</u> Подвижные игры и эстафеты с элементами ловли и передачи. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола			управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.		
21.	Спортивно - оздоровительная деятельность	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол: ведение мяча</u> в низкой, средней высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением скорости. Эстафета с элементами баскетбола.	1	Тренировочное занятие	Демонстрируют технику ловли и передачи мяча в различных вариантах. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий.		
22.	Спортивно - оздоровительная деятельность	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол: ведение без сопротивления</u> защитника не ведущей рукой. Ведение мяча с изменением направления. движения. Игра по правилам мини-баскетбола	2	Тренировочное занятие	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.		
23.							
24.	Спортивно - оздоровительная деятельность	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол: Броски двумя руками с места после ведения и ловли,</u> с пассивным сопротивлением защитника (максимальное расстояние до корзины 3,60 м).	1	Тренировочное занятие	Осваивают технику броска мяча двумя руками. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий		
25.	Спортивно - оздоровительная деятельность	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол: Броски двумя руками в движении после ведения,</u>	1	Тренировочное занятие	Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой		

		с пассивным сопротивлением защитника (максимальное расстояние до корзины 3,60 м). <u>Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди»</u>			деятельности. Демонстрируют технику броска		
26.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> . <u>Комбинация из освоенных элементов</u> : ловля, ведение, бросок. Правила игры в баскетбол. <u>Выбивание мяча</u> . Игра по правилам мини-баскетбола	1	Тренировочное занятие	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности		
27.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> . <u>Выбивание мяча</u> . <u>Комбинации из освоенных элементов</u> : ловля, ведение, бросок. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. <u>Общефизическая подготовка</u> : Упражнения, ориентированные на развитие физических качеств. <u>Комбинация из освоенных элементов</u> : ловля, ведение, бросок	1	Тренировочное занятие	Демонстрируют технику выбивания мяча. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности		
28.	<b>Спортивно - оздоровительная</b>	Спортивные игры. <u>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол</u> . Нападение быстрым прорывом (1:0)	1	Тренировочное занятие	Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой		

	деятельность	Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций игроков. Правила игры в баскетбол			деятельности. Демонстрируют технику броска		
29.	Спортивно - оздоровительная деятельность	<b><u>Физическое совершенствование.</u></b> <b><u>Спортивно - оздоровительная деятельность. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в гандбол.</u></b> <b><u>Техническая подготовка:</u></b> Ведение мяча одной рукой в высоком темпе и с ускорениями по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.	1	Тренировочное занятие	Знают основные способы передвижения игроков по игровому полю. Следят за правильностью техники выполнения всех базовых элементов и упражнений. Знают и умеют выполнять упражнения с мячом. Осваивают технику простых (базовых) элементов защиты. Знают основные (базовые) элементы техники вратаря. Осваивают технико-тактические приёмы гандбола и умеют их применять в игровой деятельности. Умеют общаться и взаимодействовать со сверстниками во время проведения различных форм обучающих занятий (групповых, игровых, фронтальных). Знают основные правила предупреждения травматизма.		
30.	Спортивно - оздоровительная деятельность	<b><u>Техническая подготовка:</u></b> Передачи мяча правой и левой рукой на среднюю и дальнюю дистанции. Жонглирование двух мячей одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Остановка катящегося мяча правой и левой	1	Тренировочное занятие	Следят за правильностью техники выполнения всех базовых элементов и упражнений. Знают и умеют выполнять упражнения с мячом. Осваивают технико-тактические приёмы гандбола и умеют их применять в игровой деятельности.		

		рукой с последующей передачей. Остановка рукой летящего мяча с последующим броском. Ловля мяча двумя руками.					
31.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	<b><u>Техническая подготовка:</u></b> Броски на точность по неподвижному мячу правой рукой, левой рукой, с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками, ногами стоя на месте и в движении, введение мяча в игру. Эстафеты с ведением и передачами мяча в максимально быстром темпе.	1	Тренировочное занятие	Знают основные способы передвижения игроков по игровому полю. Следят за правильностью техники выполнения всех базовых элементов и упражнений. Знают и умеют выполнять упражнения с мячом. Осваивают технико-тактические приёмы гандбола и умеют их применять в игровой деятельности.		
32.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	<b><u>Техническая подготовка:</u></b> Игровые задания: с бросками по воротам «Кто точнее»; с бросками по неподвижному мячу и после набрасывания «Кто дальше». Игры в «Лабиринт». Введение мяча в игру передачей одной рукой из-за боковой линии. Игра в гандбол по упрощенным правилам 3 x 3, 4 x 4, 5 x 5 игроков.	1	Тренировочное занятие	Знают основные способы передвижения игроков по игровому полю. Следят за правильностью техники выполнения всех базовых элементов и упражнений. Знают и умеют выполнять упражнения с мячом. Осваивают технику простых (базовых) элементов защиты. Знают основные (базовые) элементы техники вратаря. Осваивают технико-тактические приёмы гандбола и умеют их применять в игровой деятельности. Умеют общаться и взаимодействовать со сверстниками во время проведения различных форм обучающих занятий		



					(групповых, игровых, фронтальных).		
33.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	<p><b><u>Техника нападения.</u></b>  <b><u>Опорный бросок:</u></b>  Держать мяч перед собой на уровне груди. Первый шаг делается левой ногой (для правшей). Отведение правой руки назад, мяч находится на уровне плеча. Локоть левой руки выставлен вперед. Мяч свободно держать в руке. Одновременно с отведением руки выполнить шаги вперед (левой- правой-левой ногой. Шаг правой – «скрестный»). В конце максимального замаха руки впереди должна быть правая нога. При хлестообразном движении предплечья в ходе броска локоть бросающей руки должен находиться выше уровня плеча (в предельном случае он может быть прямой). Левая нога в последнем шаге выставлена вперед в направлении броска. Игра в гандбол по упрощенным правилам 3 x 3, 4 x 4, 5 x 5 игроков.</p>	1	Тренировочное занятие	<p>Следят за правильностью техники выполнения всех базовых элементов и упражнений. Знают и умеют выполнять упражнения с мячом. Осваивают технику простых (базовых) элементов защиты. Знают основные (базовые) элементы техники вратаря. Осваивают технико-тактические приёмы гандбола и умеют их применять в игровой деятельности. Умеют общаться и взаимодействовать со сверстниками во время проведения различных форм обучающих занятий (групповых, игровых, фронтальных).</p>		
34.	<b>Спортивно - оздоровительная деятельность</b>	<p><b><u>Тактика защиты:</u></b> Персональная защита. Игра «Лабиринт»  Защита 3x3 (зонная защита), игра 1 x 1, 2 x 2.</p>	1	Тренировочное занятие	<p>Осваивают технику простых (базовых) элементов защиты. Знают основные (базовые) элементы техники вратаря. Осваивают технико-тактические приёмы гандбола и</p>		

					умеют их применять в игровой деятельности. Умеют общаться и взаимодействовать со сверстниками во время проведения различных форм обучающих занятий (групповых, игровых, фронтальных).		
--	--	--	--	--	--	--	--



### **Методическое обеспечение реализации программы.**

Предлагаемая программа может успешно реализовываться при условии обеспечения научно-методического сопровождения:

- 1) Через изучение опыта работы детских общественных организаций Республики Татарстан
- 2) Через изучение и использование соответствующей учебно-методической литературы, фильмов учебно-методического комплекса школы.

### **Нормативно-правовая база.**

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный Закон «Об образовании» в РФ;
3. Международная конвенция «О правах ребенка»;
4. Положение о спортивном клубе;
5. Устав школы;
6. На основании приказа Министерства образования и науки Республики Татарстан от 04 сентября 2020 года №под-929-20 «О создании школьных спортивных клубов в образовательных организациях Республики Татарстан» и приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 23 марта 2020 года «117 «Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов»





