

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 29.08.2023

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
От 29.08.2023 №66-ахд
_____ И.Т. Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

УЧТЕНО

Мнение Совета обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»**

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 12-15 лет

Разработчик:
Поликашина Лариса Михайловна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Адресат программы

Данная программа предназначена для учащихся в возрасте от 12 до 15 лет

Актуальность

Программа и ее новизна для системы дополнительного образования детей определяется не только ее направленностью, но и содействием правильному физическому развитию, воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы.

Новизна программы

Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта включает в себя индивидуальные и командные виды спорта и характеризуется разнообразием стилей (лёгкая атлетика и гимнастика). Участие в соревнованиях помогает обучающимся совершенствоваться в соревнованиях с противниками.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – общекультурный

Объем и срок освоения

144 учебных часа, 1 год

Цель

Повышение общей физической подготовленности, овладения навыками специальной физической подготовленности.

Задачи:

воспитательные:

- воспитание навыков соревновательной деятельности.
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма,
- воспитание чувства дружбы

Развивающие:

- развитие и совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений;
- развитие основных двигательных качеств (быстроты, координации, ловкости, выносливости, гибкости), а также психических качеств (памяти, внимания, мышления);
- развивать личностные качества: дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

Обучающие:

- формировать знания по технике безопасности и правил поведения в спортивном зале на занятиях по игровым видам спорта, а также причин травматизма и правил его предупреждения;
- обучать правилам игры по спортивным видам спорта;
- обучать основам техники и тактики по игровым видам спорта;
- овладевать основными техническими приемами на уровне умений и навыков;
- формировать умения организовывать соревнования по спортивным видам спорта;
- формировать умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;

– формировать умения судить игру сверстников.

Планируемые результаты освоения образовательной программы:

личностные результаты:

- установка на здоровый образ жизни;
- развитый интерес к игровым видам спорта;
- развитые основные двигательные качества (быстрота, координация, ловкость, выносливость, гибкость);
- дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- применение методов информационного поиска с помощью компьютерных средств;
- умение систематизировать, обобщать и интерпретировать информацию.

Регулятивные:

- умение понимать и принимать учебную задачу;
- сформированное умение контролировать и оценивать результаты своей деятельности, проводить сравнение заданий;

Коммуникативные:

- сформированное чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- развитое доброжелательное отношение к сверстникам, умение договариваться, умение работать в группе;

Предметные результаты:

- знание правил игры в игровых видах спорта;
- знание основ техники и тактики игры;
- сформированные умения составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений для развития двигательных качеств;
- умения организовывать соревнования по игровым видам спорта.;
- умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- умение судить игру сверстников.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы

В соответствии со ст.14 ФЗ-273 программа реализуется на государственном языке РФ (русский язык).

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы

Программа может быть реализована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Особенности организации образовательного процесса

Программа построена на модульном принципе.

Условия набора учащихся

В группы принимаются все желающие на основании заявления родителей (законных представителей).

Условия формирования и количество детей в группе

Группы формируются разновозрастные по норме наполняемости: на 1-м году обучения по 15 человек.

Формы организации занятий

Программой предусмотрены аудиторские

Формы проведения занятий

Основной формой организации деятельности в дополнительном образовании является учебное занятие, построенное традиционно с использованием методов: словесного (беседы, объяснения);

наглядного (демонстрация наглядных материалов, просмотр дисков, показ упражнений);
практического (игра, турниры, занятия, соревнование, чемпионат).

Кроме того, применяются методы стимулирования, контроля и самоконтроля.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);
- индивидуальная (каждый ребенок должен должен выполнить свое задание);
- групповая (при выполнении коллективных работ каждая группа выполняет определенное задание);
- коллективная (в процессе подготовки и выполнения коллективной композиции дети работают все вместе, не разделяя обязанностей).

Материально-техническое оснащение программы:

1. Физкультурный зал.
2. Перекладина - 5 шт.
3. Шведская стенка - 15 шт.
4. Мячи баскетбольные - 10 шт.
5. Мячи волейбольные 10 шт.
6. Гимнастические скамейки - 4 шт.
7. Скакалки - 20 шт.
8. Мячи резиновые - 20 шт.
9. Мячи набивные 1кг - 20 шт.

Кадровое обеспечение программы:

Программу реализует педагог дополнительного образования.

**Учебный план дополнительной общеразвивающей программы
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	2	2	-	Беседа
2.	Правила соревнований в беге, прыжках, метании, подтягивании. Правила проведения игр и их организация	2	2	-	Наблюдение
3.	Гигиена и врачебный контроль	1	1		Контрольные вопросы, наблюдение
4.	Специальная техническая подготовка.	5	1	4	Контрольные вопросы, наблюдение
5.	Специальная тактическая подготовка	32	1	31	Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов
6.	Игровые виды спорта	20	2	18	Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов
7.	ОФП	20	2	18	Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов
7.1	Эстафеты, беговые упражнения	20	2	18	Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов

7.2	Подвижные игры.	20	2	18	Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов
8.	Спортивные и культурно-досуговые мероприятия	11	1	10	Выполнение контрольных тестовых заданий, анализ достигнутых результатов
9.	Психолого-педагогическое сопровождение.	7	1	6	Наблюдение, анализ проведенных мероприятий
10.	Контрольное и итоговое занятие	4	2	2	Наблюдение, анализ результатов
	ИТОГО	144	19	125	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол №

УТВЕРЖДЕН

Приказом директора
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
От

_____ И.Т. Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся
Протокол №

УЧТЕНО

Мнение Совета обучающихся
Протокол №

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»
на _____ учебный год

Год обучения, группа №	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов*	Режим занятий
1 год, группа 1			36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа

Режим работы в период школьных каникул

Занятия проводятся по утвержденному расписанию.

Рабочая программа

Цель

Повышение общей физической подготовленности, овладения навыками специальной физической подготовленности.

Задачи:

воспитательные:

- воспитание навыков соревновательной деятельности.
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма,
- воспитание чувства дружбы

Развивающие:

- развитие и совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений;
- развитие основных двигательных качеств (быстроты, координации, ловкости, выносливости, гибкости), а также психических качеств (памяти, внимания, мышления);
- развивать личностные качества: дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

Обучающие:

- формировать знания по технике безопасности и правил поведения в спортивном зале на занятиях по игровым видам спорта, а также причин травматизма и правил его предупреждения;
- обучать правилам игры по спортивным видам спорта;
- обучать основам техники и тактики по игровым видам спорта;
- овладевать основными техническими приемами на уровне умений и навыков;
- формировать умения организовывать соревнования по спортивным видам спорта;
- формировать умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- формировать умения судить игру сверстников.

Планируемые результаты:

личностные результаты:

- установка на здоровый образ жизни;
- развитый интерес к игровым видам спорта;
- развитые основные двигательные качества (быстрота, координация, ловкость, выносливость, гибкость);
- дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- применение методов информационного поиска с помощью компьютерных средств;
- умение систематизировать, обобщать и интерпретировать информацию.

Регулятивные:

- умение понимать и принимать учебную задачу;
- сформированное умение контролировать и оценивать результаты своей деятельности, проводить сравнение заданий;

Коммуникативные:

- сформированное чувство товарищества, чувство личной ответственности;

- развитое доброжелательное отношение к сверстникам, умение договариваться, умение работать в группе;

Предметные результаты:

- знание правил игры в игровых видах спорта;
- знание основ техники и тактики игры;
- сформированные умения составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений для развития двигательных качеств;
- умения организовывать соревнования по игровым видам спорта.;
- умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- умение судить игру сверстников

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория.

Беседа по технике безопасности №1

Раздел 2. Правила соревнований в беге, прыжках, метании, подтягивании. Правила проведения игр и их организация

Теория.

Правила игры в настольный теннис. Изучение правил игры.

Раздел 3. Гигиена и врачебный контроль

Теория.

Правила гигиены на занятиях настольным теннисом.

Раздел 4. Специальная техническая подготовка.

Теория.

Виды ракеток и накладок. Элементы стола и ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Стойка теннисиста. Техника подачи. Техника вращения мяча. Техника приема мяча. Стили игры. Дневник самоконтроля. Измерение ЧСС. Беседа №2 по технике безопасности.

Практика.

Стойка игрока. Передвижение приставными шагами, выпадами, прыжками. Исходная стойка при подаче теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Хватка ракетки. Набивание мяча на ракетки. Поддачи «Веер», «Маятник», «Накатом». Поддачи в заданную зону. Прием мяча. Техника игрока при сочетании ударов справа и слева. Техника срезки мяча. Техника «подставки». Имитация перемещений с выполнением ударов справа и слева. Комбинации из изученных элементов. Соревнования в группах. Контрольные упражнения набивание мяча на ракетке до 50 раз, выполнение подачи 10 попыток. Удержание мяча на столе не менее 20 раз.

Раздел 5. Специальная тактическая подготовка.

Теория.

Актуальность настольного тенниса. Основные тактические варианты игры. Игровые приемы в настольном теннисе. Стили игры. Тактика игры атакующего. Тактика против атакующего. Особенности настольного тенниса.

Практика.

Выбор позиции. Свободная игра. Игра на счет. Стили игры. Тактика игры с разными противниками. Основные тактические варианты игры. Тактика игры атакующего. Тактика против атакующего. Учебная игра.

Раздел 6. Игровые виды спорта

Теория.

Правила игры в настольный теннис. Судейство. Самоконтроль.

Практика.

Комбинации из освоенных элементов. Учебные игры с изученными элементами. Учебные игры для совершенствования учебных навыков. Игра на счет. Соревнования в

подгруппах. Соревнования в группах по качеству элементов игры. Соревнования среди занимающихся. Участие в школьном турнире по настольному теннису. Совершенствование навыков судейства. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности. Определяют степень утомления во время игровой деятельности.

Раздел 7. Общая физическая подготовка.

Теория.

Физическое развитие и самочувствие при занятиях физическими упражнениями.

Физическое развитие и физическая подготовка.

Практика.

Упражнения для развития физических способностей скоростных, силовых, выносливости, координационных и скоростно-силовых. Упражнения для мышц рук, плечевого пояса, туловища и ног. Упражнения индивидуальные и в парах. Упражнения с набивными мячами. Составление комплексов из числа разученных упражнений. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения. Тестовые задания. Прыжок в длину с места. Прыжки на скакалке 30 сек

Раздел 7.1 Эстафеты и беговые упражнения.

Теория.

Самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Контроль за физической нагрузкой по ЧСС.

Практика.

Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег 3х10м. Бег из различных исходных положений. Эстафетный с элементами настольного тенниса. Тестовые задания челночный бег 3х10м.

Раздел 7.2. Подвижные игры.

Теория.

Названия подвижных игр, правила игры.

Практика.

Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. Подвижные игры «Гонка мячей», «Салки», «Метко в цель», эстафеты с мячами.

Раздел 8. Спортивно-культурные и досуговые мероприятия.

Теория.

Правила поведения. Выбор одежды и обуви

Практика.

Товарищеские встречи. Первенство ОДОД. Игры на занятиях. Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Раздел 9. Психолого-педагогическое сопровождение.

Теория.

Взаимодействие со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.

Организация совместных игровых действий.

Практика.

Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности. Организация совместных игровых действий. Умение договариваться. Диагностика комфортности и удовлетворенности.

Раздел 10. Контрольные и итоговые занятия.

Теория.

Подведение итогов. Анализ работы за год.

Практика.

Диагностика навыков и умений. Сдача контрольных нормативов. Тестовые задания: ловля и передачи набивного мяча 30 сек, подбрасывание набивного мяча над собой двумя руками 15 раз, прыжки на скакалке 30 сек, челночный бег 3х10м. Игры. Награждения.

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Входной контроль проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения способностей. Диагностика проводится с каждым ребенком индивидуально.

Формы контроля:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

Формы фиксации – протокол.

Критерии оценки:

- 1 – низкий уровень;
- 2 – средний уровень;
- 3 – высокий уровень.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы контроля:

- педагогическое наблюдение;
- опрос;
- беседа;
- практическое занятие.

Формы фиксации:

- дневник наблюдений;
- протокол испытаний.

Промежуточная аттестация предусмотрена в декабре с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы контроля:

- выполнение тестовых заданий по темам программы;
- практическое задание;
- игровые задания;
- соревнования.

Формы фиксации – протоколы испытаний.

Критерии оценки:

- 1 – низкий уровень;
- 2 – средний уровень;
- 3 – высокий уровень.

Итоговый контроль проводится в мае, в конце обучения по программе.

Формы контроля:

- опрос;
- соревнования;
- практическое задание;
- игровые задания;
- анализ результатов.

Формы фиксации – протокол испытаний, информационная карта.

Критерии оценки:

Низкий уровень 1 балл .

Средний уровень 2 балла .

Высокий уровень 3 балла.

При проведении диагностики используются такие методы как – беседа, опрос, наблюдение, практические задания, мастер-классы, выставки

Методические материалы

Основными методами обучения являются:

- *Словесные (вербальные) методы обучения*: устное объяснение/разъяснение, беседа, анализ видеоматериала.
- *Наглядные методы обучения*: просмотр видеоматериалов, показ педагога (демонстрация).
- *Практические методы обучения*: выполнение различных заданий с объяснением и исправлением ошибок, многократное повторение.

Высокая результативность работы по программе может быть достигнута при использовании следующих педагогических технологий:

- технология личностно ориентированного обучения (обучение каждого учащегося в группе, исходя из его возможностей, способностей, перспективы);
- здоровьесберегающие технологии (использование интересных упражнений для снятия мышечного напряжения, разогрева рук, повышения эмоционального фона и пр.);
- коммуникативные технологии (использование разнообразных методов для создания ситуации равноправного общения в группе, ситуации успеха для каждого учащегося).

Для эффективной реализации программы педагогом могут быть использованы разные формы организации и проведения занятий:

- *теоретические*: через объяснение, видео-лекцию учащиеся получают основные знания по теории; конкретизируют специальные понятия.
- *практические*: являются основной формой работы по программе. На практических занятиях учащиеся получают основы техники квиллинга.

Дидактические материалы

- Литература по темам занятий.
- Наглядные пособия по темам занятий: «Гигиена и врачебный контроль. Физическая подготовка»; «Дневник самоконтроля. Ортостатическая проба. Измерение давления и ЧСС».
- Карточки по темам: «Упражнения по станциям, развитие скоростно-силовых качеств»; «Упражнения и прыжки на скакалке».
- Тестовые задания: «Бег по дистанции»; «Челночный бег 3x10»; «Прыжок в длину с места».
- Темы контрольных заданий: «Метание в цель»; «Подтягивания на низкой перекладине».

<https://yandex.ru/video/preview/8500378992738045453>

офп

<https://yandex.ru/video/preview/1080958500893082192>

офп

<https://yandex.ru/video/preview/16041188959601021971>

офп с баскетбольным мячом

<https://yandex.ru/video/preview/16407945852214637528>

офп с баскетбольным мячом

https://yandex.ru/video/preview/6940669450359590131?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1189.0%232a410075b1b0580c18a5a2c1442c579e5d971f5c

офп с волейбольным мячом

Информационные источники

Литература для педагога:

1. Актуальные проблемы безопасности жизнедеятельности, здоровья при занятиях физической культурой и спортом: материалы международной научно – практической конференции 25-26 марта 1999 г. – Томск: ТГПУ, 1999
2. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. – М., 1980
3. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. - М., 2010
4. Гугин А.А. Уроки физической культуры в начальной школе. - М., 1979

5. Информационно-методические материалы в помощь педагогу, работающему над образовательной программой. Северное окружное управление Московского комитета образования. Составитель Карчина З.Л. - М., 1999
6. Информационно-методические материалы в помощь педагогу, работающему над образовательной программой. Центр творчества «Кузьминки»/ Составители Жиркова М.В. и др. - М., 1999
7. Козак О.Н. Летние игры для больших и маленьких, С-П., 1997
8. Гуревич И.А. Круговая тренировка при развитии физических качеств. - Минск, 1985
9. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. - М., 2008
10. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. - М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 1998
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Кофмана Л.Б., Погадаева Г.И. - М.: Физкультура и спорт, 1998
12. Новиков Ю.Н. Физкультура или спорт. – М., 1996
13. Общая физическая подготовка. Методические рекомендации для физкультурно-оздоровительных занятий. Составитель Колтановский А.П. - М., 1986
14. Программа Матвеева А.П. «Физическая культура, 5 – 11 классы». М.: «Просвещение», 2007
15. Программа по физическому воспитанию для учащихся 1-4 классов образовательной школы. Андреева Н.А. и др. Советская система физического воспитания. - М., 1975
16. Семёнов Л.П. Советы тренерам. – М.: ФиС, 1980
17. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного и продленного дня школы. - М., 1980
18. Сиваков В. И. О психоэмоциональном перенапряжении школьников. Журнал «Физическая культура в школе», № 2, 2004
19. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: «Академия», 2000
20. Чехунова Т. И. Программа по физической культуре для классов с ежедневными занятиями физической культурой.- Томск, 1999

Литература для учащихся:

1. Бердышев С.Н., Здоровье на «отлично». Самоучитель по укреплению здоровья для детей. – М.: «Рипол классик», 2002
2. Виммерт Й. Олимпийские игры – Зачем и почему./перевод с нем. Жирновой Ю. – М.: «Мир книги», 2007
3. Володин В.А., Большая детская энциклопедия (том 20). Спорт.- М.: «АСТ», 2010
4. Гриненко М.Ф., Решетников Г.С., Начиайте день с зарядки. – М., 1981
5. Громова О.Е., Спортивные игры для детей. – М.: «ГЦ Сфера», 2003
6. Ежи Талага, Энциклопедия физических упражнений. – М.: «Физкультура и спорт», 1998
7. Куприянчик Л.Л. Основы бодибилдинга – Секреты для мальчиков. – Киев: «Ранок», 2005
8. Малов В.И. Тайны великих спортсменов. – М.: «Оникс», 2010
9. Шалаева Г.П., Хочу стать чемпионом. Большая книга о спорте. – М.: «ЭКСПО», 2004

Интернет-источники:

1. <https://www.labirint.ru/books/218743/>

Юлия Гришина: Общая физическая подготовка. Знать и уметь

2. <https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-po-fizicheskoy-kulture-ispolzovanie-igrovih-tehnologiy-obucheniya-v-fizicheskom-vospitanii-podrostkov--3550560.html>

Методическая разработка по физической культуре «Использование игровых технологий обучения в физическом воспитании подростков 12-14 лет»

3. Пагадаев П.И. Настольная книга учителя физической культуры.

<https://obuchalka.org/20191204116020/nastolnaya-kniga-uchitelya-fizicheskoi-kulturi-pogadaev-g-i-1998.html#download> (Дата обращения к сайту 31.08.2022)

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол №

УТВЕРЖДЕН

Приказом директора
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
От

_____ И.Т. Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся
Протокол №

УЧТЕНО

Мнение Совета обучающихся
Протокол №

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»**

для группы № ____, 1 года обучения
педагога _____

Сентябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	План	факт		Всего	Теория	Практика	
1. Вводное занятие.							
1.			Вводное занятие. Беседа по технике безопасности.	2	2		
2. Правила соревнований в беге, прыжках, метании, подтягивании. Правила проведения игр и их организация							
2.			Правила игры в настольный теннис. Изучение правил. Стартовый контроль	2	2		
3. Гигиена и врачебный контроль							
4. Специальная техническая подготовка							
3.			Правила гигиены на занятиях настольным теннисом. Техники и стили игры, измерения ЧСС	2	2		
4. Специальная техническая подготовка							
4.			Беговые упражнения, старт из различных исходных положений. Прыжки через длинную вращающуюся скакалку.	2		2	
5.			Подачи, изучение элементов, эстафеты, контрольные упражнения	2		2	
5. Специальная тактическая подготовка							
6.			Тактические варианты игры, стили и игровые приемы Высокий старт, челночный бег. Метание в горизонтальную цель. Многоскоки. Прыжки в длину с места 1.2 прыжка подряд	2	1	1	
7.			Выбор позиции. Свободная игра. Упражнения по станциям, развитие скоростно-силовых качеств. Подтягивание. «Перестрелка». Эстафеты с набивным мячом.	2		2	
8.			Игра на счет Круговая тренировка по станциям. Подвижные игры.	2		2	
Всего часов				16	7	9	

Октябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
5. Специальная тактическая подготовка							
9.			Тактика с разными противниками. Прыжковые упражнения, многоскоки. Эстафеты с мячом, кубиком. Подвижные игры.	2		2	
10.			Развитие скоростно-силовых качеств, прыжки в длину с места. Эстафеты с обручем. Подвижные игры.	2		2	
11.			Стили игры. Упражнения с малыми мячами, метание в цель, многоскоки. Эстафеты с	2		2	

			различными предметами.Подвижные игры.				
12.			Основные тактические варианты игры. Беговые и прыжковые упражнения,метание в цель.Эстафеты.Подвижные игры.	2		2	
13.			Учебная игра. Встречные эстафеты.Прыжки в длину с места,метание.Эстафеты.»Пустое место».	2		2	
14.			Тактика игры атакующего. Высокий старт,ускорение.Бег 30м-2раза,метание.Эстафеты.»Третий лишний».	2		2	
15.			Учебная игра. Старт,финиш,бег по дистанции.Метание мяча на силу отскока.Эстафеты.	2		2	
16.			Тактика против атакующего. Беговые упражнения. Эстафеты.	2		2	
17.			Игра на счет. Метание мяча в стену на силу отскока. Эстафеты.	2		2	
Всего часов				18		18	

Ноябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
5. Специальная тактическая подготовка							
18.			Игра на счет. Прыжковые упр,многоскоки,метание в цель. Подтягивание.Эстафеты	2		2	
19.			Стили игры. Эстафеты.Прыжки через длинную скакалку.Игра на внимание.Подвижные игры.	2		2	
20.			Учебная игра.	2		2	
21.			Игра на счет	2		2	
6. Игровые виды спорта							
22.			Правила игры в настольный теннис. Комбинации из освоенных элементов.	2	1	1	
23.			Судейство. Самоконтроль. Учебные игры с изученными элементами.	2	1	1	
24.			Учебные игры для совершенствования учебных навыков.	2		2	
25.			Игра на счет.	2		2	
26.			Соревнования в подгруппах.	2		2	
Всего часов				18	2	16	

Декабрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
6. Игровые виды спорта							
27.			Соревнования в группах по качеству элементов игры.	2		2	
28.			Соревнования среди занимающихся.	2		2	
29.			Участие в школьном турнире по настольному теннису.	2		2	
30.			Совершенствование навыков судейства.	2		2	

31.			Определение степени утомления во время игровой деятельности.	2		2	
7. ОФП							
32.			Физическое развитие и самочувствие при занятиях физическими упражнениями. Упражнения	2	1	1	
33.			Физическое развитие и физическая подготовка. Упражнения для развития физических способностей	2	1	1	
10. Контрольные и итоговые занятия							
34.			Подведение итогов. Анализ работы Сдача контрольных нормативов. Тестовые задания.	2	1	1	
Всего часов				16	3	13	

Январь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
7. ОФП							
35.			Беседа №2 по технике безопасности. Упражнения для мышц рук, плечевого пояса, туловища и ног.	2		2	
36.			Упражнения индивидуальные и в парах.	2		2	
37.			Упражнения с набивными мячами.	2		2	
38.			Составление комплексов из числа разученных упражнений.	2		2	
39.			Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке.	2		2	
40.			Прыжковые упражнения.	2		2	
41.			Тестовые задания.	2		2	
Всего часов				14		14	

Февраль

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
7. ОФП							
42.			Прыжок в длину с места. Прыжки на скакалке 30 сек	2		2	
7.1 Эстафеты, беговые упражнения							
43.			Самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Бег с ускорением.	2	1	1	
44.			Контроль за физической нагрузкой по ЧСС. Повторный бег.	2	1	1	
45.			Повторный бег.	2		2	
46.			Челночный бег 3x10м.	2		2	
47.			Бег из различных исходных положений.	2		2	
48.			Эстафетный бег с элементами настольного тенниса.	2		2	
49.			Тестовые задания челночный бег 3x10м.	2		2	
50.			Эстафетный бег с элементами настольного тенниса.	2		2	

Всего часов	18	2	16	
--------------------	----	---	----	--

Март

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	пл	факт		Всего	Теория	Практика	
7.1 Эстафеты, беговые упражнения							
51.			Челночный бег 3x10м.	2		2	
52.			Тестовые задания челночный бег 3x10м.	2		2	
7.2. Подвижные игры							
53.			Названия подвижных игр. Развитие способностей	2	1	1	
54.			Правила игры. Ориентирование в пространстве	2	1	1	
55.			Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции	2		2	
56.			Игра "Гонка мячей"	2		2	
57.			Игра "Салки"	2		2	
58.			Эстафеты с мячами	2		2	
Всего часов				16	2	14	

Апрель

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
7.2. Подвижные игры							
59.			Игра "Метко в цель"	2		2	
60.			Эстафеты с мячами	2		2	
61.			Игра "Гонка мячей"	2		2	
62.			Эстафеты с мячами	2		2	
8. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия							
9. Психолого-педагогическое сопровождение							
63.			Правила поведения. Выбор одежды и обуви. Взаимодействие со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Организация совместных игровых действий.	2	2		
8. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия							
64.			Товарищеские встречи.	2		2	
65.			Первенство ОДОД.	2		2	
66.			Игры на занятиях.	2		2	
67.			Разбор проведенных игр.	2		2	
Всего часов				18	2	16	

Май

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
8. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия							
68.			Устранение ошибок.	2		2	
9. Психолого-педагогическое сопровождение							
69.			Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей	2		2	

			деятельности.				
70.			Организация совместных игровых действий. Умение договариваться.	2		2	
71.			Диагностика комфортности и удовлетворенности.	2		2	
7. Контрольные и итоговые занятия							
72.			Подведение итогов. Анализ работы за год. Сдача контрольных нормативов. Тестовые задания.	2	1	1	
Всего часов				10	1	9	
Всего часов по программе				144	24	120	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 29.08.2023

УТВЕРЖДЕН

Приказом директора
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
От 29.08.2023 №66-ахд

_____ И.Т. Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

УЧТЕНО

Мнение Совета обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

**План воспитательной работы.
План работы с родителями.
дополнительной общеразвивающей программы
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»**

для группы №1 первого года обучения
педагога: Поликашина Лариса Михайловна

План воспитательной работы объединения

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Беседа с занимающимися по технике безопасности на занятия в спортивном зале	сентябрь	спортивный зал	
2	Беседа о дисциплине, культуре речи на учебных занятиях	октябрь	спортивный зал	
3	Беседа о гигиене, спортивной одежде и обуви	ноябрь	спортивный зал	
4	Соревнования. Личное первенство среди занимающихся	ноябрь	спортивный зал	
5	Беседа «Самоконтроль при занятиях спортом»	декабрь	спортивный зал	
6	Практическое занятие по привитию судейских навыков	январь	спортивный зал	
7	Участие в районных соревнованиях в игровых видах спорта	февраль	спортивный зал	
8	Открытое занятие для родителей	март	спортивный зал	
9	Школьный турнир по игровым видам спорта	апрель	спортивный зал	
10	Практическое занятие по привитию судейских навыков	май	спортивный зал	
11	Соревнования. Личное первенство среди занимающихся с приглашением родителей	май	спортивный зал	

План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание	сентябрь	По классам	
2	Индивидуальные беседы с родителями	в течение года	on-line (электронная почта родителей)	
3	Родительское собрание	декабрь	По классам	
4	Открытые занятия	январь май	спортивный зал	
5	Информация для родителей о результатах спортивной деятельности занимающихся	январь май	спортивный зал	
6	Открытое занятие для родителей	май	спортивный зал	

Протокол тестирования

Дата

№	Ф.И.	Челночный бег	Прыжок в длину с места	Прыжки на скакалке	Подтягивания из виса лежа на низкой перекладине кол-во раз
1					
2					
15					

№	Виды испытаний	Мальчики			Девочки		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Ловля и передача набивного мяча 30 сек	50 раз	40 раз	30 раз	45 раз	35 раз	25 раз
2	Передача набивного мяча над собой	10	8	5	10	8	5
3	Ведение баскетбольного мяча змейкой	15 сек	20 сек	30 сек	15 сек	20 сек	30 сек
4	Волейбольная подача	5	3	1	5	3	1

Приложение 2

Критерии оценки промежуточной и итоговой аттестации

Таблица оценки общефизической подготовки занимающихся

№	Виды испытаний	Мальчики			Девочки		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Челночный бег 3x10м сек	8.4	8.6	9.0	8.6	8.8	9.2
2	Прыжок в длину с места см	180	160	130	170	150	120
3	Прыжки на скакалке 30сек	70	50	30	80	60	40
4	Подтягивания из вися лежа на низкой перекладине кол-во раз	14	10-13	10	13	9-12	9

Таблица оценки специальной технической подготовки занимающихся

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 29.08.2023

УТВЕРЖДЕН

Приказом директора
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
От 29.08.2023 №66-ахд

_____ И.Т. Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

УЧТЕНО

Мнение Совета обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»
на 2023-2024 учебный год

Год обучения, группа №	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов*	Режим занятий
1 год, группа 1	05.09	21.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа

Режим работы в период школьных каникул

Занятия проводятся по утвержденному расписанию.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 29.08.2023

УТВЕРЖДЕН

Приказом директора
ГБОУ СОШ № 237
Красносельского района
Санкт-Петербурга
От 29.08.2023 №66-ахд
_____ И.Т. Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

УЧТЕНО

Мнение Совета обучающихся
Протокол №1 от 29.08.2023

**Календарно-тематический план
дополнительной общеразвивающей программы
«Общая физическая подготовка с элементами игровых видов спорта»**

для группы №1 первого года обучения
педагога: Поликашина Лариса Михайловна

Сентябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	План	факт		Всего	Теория	Практика	
1. Вводное занятие.							
1.	05.09		Вводное занятие. Беседа по технике безопасности.	2	2		
2. Правила соревнований в беге, прыжках, метании, подтягивании. Правила проведения игр и их организация							
2.	07.09		Правила игры в настольный теннис. Изучение правил. Стартовый контроль	2	2		
3. Гигиена и врачебный контроль							
4. Специальная техническая подготовка							
3.	12.09		Правила гигиены на занятиях настольным теннисом. Техники и стили игры, измерения ЧСС	2	2		
4. Специальная техническая подготовка							
4.	14.09		Беговые упражнения, старт из различных исходных положений. Прыжки через длинную вращающуюся скакалку.	2		2	
5.	19.09		Поддачи, изучение элементов, эстафеты, контрольные упражнения	2		2	
5. Специальная тактическая подготовка							
6.	21.09		Тактические варианты игры, стили и игровые приемы Высокий старт, челночный бег. Метание в горизонтальную цель. Многоскоки. Прыжки в длину с места 1.2 прыжка подряд	2	1	1	
7.	26.09		Выбор позиции. Свободная игра. Упражнения по станциям, развитие скоростно-силовых качеств. Подтягивание. «Перестрелка». Эстафеты с набивным мячом.	2		2	
8.	28.09		Игра на счет Круговая тренировка по станциям. Подвижные игры.	2		2	
Всего часов				16	7	9	

Октябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
5. Специальная тактическая подготовка							
9.	03.10		Тактика с разными противниками. Прыжковые упражнения, многоскоки. Эстафеты с мячом, кубиком. Подвижные игры.	2		2	
10.	05.10		Развитие скоростно-силовых качеств, прыжки в длину с места. Эстафеты с обручем. Подвижные игры.	2		2	
11.	10.10		Стили игры. Упражнения с малыми мячами, метание в цель, многоскоки. Эстафеты с различными предметами. Подвижные игры.	2		2	
12.	12.10		Основные тактические варианты	2		2	

			игры. Беговые и прыжковые упражнения, метание в цель. Эстафеты. Подвижные игры.				
13.	17.10		Учебная игра. Встречные эстафеты. Прыжки в длину с места, метание. Эстафеты. «Пустое место».	2		2	
14.	19.10		Тактика игры атакующего. Высокий старт, ускорение. Бег 30м-2раза, метание. Эстафеты. «Третий лишний».	2		2	
15.	24.10		Учебная игра. Старт, финиш, бег по дистанции. Метание мяча на силу отскока. Эстафеты.	2		2	
16.	26.10		Тактика против атакующего. Беговые упражнения. Эстафеты.	2		2	
17.	31.10		Игра на счет. Метание мяча в стену на силу отскока. Эстафеты.	2		2	
Всего часов				18		18	

Ноябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
5. Специальная тактическая подготовка							
18.	02.11		Игра на счет. Прыжковые упр, многоскоки, метание в цель. Подтягивание. Эстафеты	2		2	
19.	07.11		Стили игры. Эстафеты. Прыжки через длинную скакалку. Игра на внимание. Подвижные игры.	2		2	
20.	09.11		Учебная игра.	2		2	
21.	14.11		Игра на счет	2		2	
6. Игровые виды спорта							
22.	16.11		Правила игры в настольный теннис. Комбинации из освоенных элементов.	2	1	1	
23.	21.11		Судейство. Самоконтроль. Учебные игры с изученными элементами.	2	1	1	
24.	23.11		Учебные игры для совершенствования учебных навыков.	2		2	
25.	28.11		Игра на счет.	2		2	
26.	30.11		Соревнования в подгруппах.	2		2	
Всего часов				18	2	16	

Декабрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
6. Игровые виды спорта							
27.	05.12		Соревнования в группах по качеству элементов игры.	2		2	
28.	07.12		Соревнования среди занимающихся.	2		2	
29.	12.12		Участие в школьном турнире по настольному теннису.	2		2	
30.	14.12		Совершенствование навыков судейства.	2		2	
31.	19.12		Определение степени утомления во время игровой деятельности.	2		2	
7. ОФП							

32.	21.12		Физическое развитие и самочувствие при занятиях физическими упражнениями. Упражнения	2	1	1	
33.	26.12		Физическое развитие и физическая подготовка. Упражнения для развития физических способностей	2	1	1	
10. Контрольные и итоговые занятия							
34.	28.12		Подведение итогов. Анализ работы Сдача контрольных нормативов. Тестовые задания.	2	1	1	
Всего часов				16	3	13	

Январь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
7. ОФП							
35.	09.01		Беседа №2 по технике безопасности. Упражнения для мышц рук, плечевого пояса, туловища и ног.	2		2	
36.	11.01		Упражнения индивидуальные и в парах.	2		2	
37.	16.01		Упражнения с набивными мячами.	2		2	
38.	18.01		Составление комплексов из числа разученных упражнений.	2		2	
39.	23.01		Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке.	2		2	
40.	25.01		Прыжковые упражнения.	2		2	
41.	30.01		Тестовые задания.	2		2	
Всего часов				14		14	

Февраль

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
7. ОФП							
42.	01.02		Прыжок в длину с места. Прыжки на скакалке 30 сек	2		2	
7.1 Эстафеты, беговые упражнения							
43.	06.02		Самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Бег с ускорением.	2	1	1	
44.	08.02		Контроль за физической нагрузкой по ЧСС. Повторный бег.	2	1	1	
45.	13.02		Повторный бег.	2		2	
46.	15.02		Челночный бег 3x10м.	2		2	
47.	20.02		Бег из различных исходных положений.	2		2	
48.	22.02		Эстафетный бег с элементами настольного тенниса.	2		2	
49.	27.02		Тестовые задания челночный бег 3x10м.	2		2	
50.	29.02		Эстафетный бег с элементами настольного тенниса.	2		2	
Всего часов				18	2	16	

Март

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	пл	факт		Всего	Теория	Практика	
7.1 Эстафеты, беговые упражнения							
51.	05.03		Челночный бег 3х10м.	2		2	
52.	07.03		Тестовые задания челночный бег 3х10м.	2		2	
7.2. Подвижные игры							
53.	12.03		Названия подвижных игр. Развитие способностей	2	1	1	
54.	14.03		Правила игры. Ориентирование в пространстве	2	1	1	
55.	19.03		Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции	2		2	
56.	21.03		Игра "Гонка мячей"	2		2	
57.	26.02		Игра "Салки"	2		2	
58.	28.02		Эстафеты с мячами	2		2	
Всего часов				16	2	14	

Апрель

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
7.2. Подвижные игры							
59.	02.04		Игра "Метко в цель"	2		2	
60.	04.04		Эстафеты с мячами	2		2	
61.	09.04		Игра "Гонка мячей"	2		2	
62.	11.04		Эстафеты с мячами	2		2	
8. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия							
9. Психолого-педагогическое сопровождение							
63.	16.04		Правила поведения. Выбор одежды и обуви. Взаимодействие со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Организация совместных игровых действий.	2	2		
8. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия							
64.	18.04		Товарищеские встречи.	2		2	
65.	23.04		Первенство ОДОД.	2		2	
66.	25.04		Игры на занятиях.	2		2	
67.	30.04		Разбор проведенных игр.	2		2	
Всего часов				18	2	16	

Май

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
8. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия							
68.	02.05		Устранение ошибок.	2		2	
9. Психолого-педагогическое сопровождение							
69.	07.05		Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности.	2		2	

70.	14.05		Организация совместных игровых действий. Умение договариваться.	2		2	
71.	16.05		Диагностика комфортности и удовлетворенности.	2		2	
7. Контрольные и итоговые занятия							
72.	21.05		Подведение итогов. Анализ работы за год. Сдача контрольных нормативов. Тестовые задания.	2	1	1	
Всего часов				10	1	9	
Всего часов по программе				144	24	120	