

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ «ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 3
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»**

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

Протокол от 17 сентября 2025 года № 1/1

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГКОУ АО «Школа-интернат № 3»

В.Е. Русяева

17 сентября 2025 года

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат:
0096D595EF74275A9C9C746AAD50A409FE

Владелец: Русяева Вера Евгеньевна

Действителен: с 23.07.2025 до 16.10.2026

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ АДАптиРОВАННАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
«СПОРТ И ТУРИЗМ»**

Уровень программы: стартовый

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Адресат программы: дети с нарушением слуха и речи, от 7 до 17 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработали:

Верейна Валентина Юрьевна

Безрукавова Ирина Анатольевна

г. Астрахань, 2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.1.Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:	3
1. Пояснительная записка	6
2. Цель и задачи программы	12
3. Содержание программы(учебный план, содержание учебно- тематического плана)	14
4. Планируемые результаты	20
1.2.Комплекс организационно-педагогических условий адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	23
1.Условия реализации программы	23
2.Формы аттестации (контроля)	25
3.Оценочные материалы.	26
4.Методическое обеспечение.	33
3. Список литературы	35
4.Приложение	37

**1.1. Комплекс основных характеристик адаптированной
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1. Пояснительная записка

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спорт и туризм» разработана с использованием нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СП 2.4.3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28).
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача

Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г.// Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р. 9. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г №10);

– Государственная программа Астраханской области «Развитие образования», утв. постановлением Правительства Астраханской области от 06.10.2023 № 588-П;

– Распоряжение Правительства Астраханской области от 10.07.2023 № 250-Пр «Об утверждении Целевой модели дополнительного образования детей»

– Распоряжение правительства Астраханской области от 27.05.2024 № 173-Пр «О реализации мероприятий регионального проекта, обеспечивающего достижение целей, показателей и результатов федерального проекта «Успех каждого ребенка-национального проекта «Образование»;

– Уставом ГБОУ АО «Школа-интернат № 3 для обучающихся с ограниченными возможностями»;

– Положения «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам.

Направленность программы– физкультурно-спортивная

Уровень сложности: стартовый уровень.

Адаптированная дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Спорт и туризм» состоит из 4-х модулей:

1. Спортивное ориентирование
2. Настольный теннис
3. Футбол
4. Шахматы

МОДУЛЬ СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ
СОДЕРЖАНИЕ

Актуальность программы выражается и в том, что умение ориентироваться - это навык, который необходим и туристу, и охотнику, и геологу, а также будущему воину, что, несомненно, привлекает будущих призывников к занятиям спортивным ориентированием. При занятиях ориентированием вырабатываются такие необходимые качества, как самостоятельность, решительность, целеустремленность, настойчивость при достижении цели, умение владеть собой, быстрая реакция, эффективное мышление при работе с картой, компасом с большими физическими нагрузками в природных (естественных) условиях.

Новизна программы состоит в использовании игровой, соревновательной формы, которая дает возможность ребятам как-то проявить свои знания и умения: решение задач на сообразительность, упражнения по топографии, конкурсы, викторины по краеведению, соревнования на местности по технике пешеходного туризма и ориентированию.

Отличительные особенности программы:

Главной особенностью настоящей программы является контингент учащихся (**глухие позднооглохшие дети, дети с нарушением речи ТНР**), для которых она предназначена – дети с особыми образовательными потребностями. С этой особенностью связаны и специальные требования, предъявляемые к педагогу, и особенности методики преподавания. При организации и проведении всех видов физических упражнений, практических выездов, походов, игр, педагог должен, по возможности, постоянно находиться в поле зрения всех обучающихся, чтобы они могли видеть сигналы и движения педагога, воспринимать его речь. В процессе занятий туризмом с глухими детьми необходимо использовать устную речь. Речевой материал (слова и фразы) даётся во время теоретических и практических занятий. Включение речевого материала в содержание занятий положительно влияет на развитие интеллекта учащихся с ограниченными возможностями здоровья, на накопление и осмысление словарного запаса и, в то же время, содействует

эффективному усвоению учебного материала.

- научность, которая проявляется в соответствии изучаемых знаний достижениям научного, социального и культурного прогресса;
- последовательность, которая состоит в планировании содержания по восходящей линии от простого к сложному, где каждое новое знание опирается на предыдущее;
- систематичность, которая предполагает рассмотрение изучаемых знаний и формируемых навыков в системе построения всего образовательного пространства, которое входит в общую систему человеческой культуры;
- связь с жизнью, как способ проверки действительности изучаемых знаний и формируемых навыков;
- соответствие возрастным возможностям обучающихся, которым та или иная система предлагается для освоения;
- доступность, которая определяется способом изложения знаний и оптимальным количеством изучаемых понятий и терминов.

Адресат программы. Программа курса предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 17 лет. Рекомендуемый количественный состав групп - 21 человек. В объединения принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Формы и методы обучения, тип и формы проведения занятий.

Формы проведения занятий.

Форма обучения по программе - очная. Учебные занятия проводятся в кабинете, а учебно-тренировочные занятия на местности школы. Занятия по общей физической подготовке и по специальной физической подготовке в спортивном зале и на местности. Кроме того, используются такие формы, как: соревнование, игра, конкурс, путешествие, игра, лекция, видеозанятие и др. Обучение проводится индивидуально, в группах, работа в мини-группах, которая предполагает сотрудничество несколько человек по какой-либо учебной теме.

При обучении по данной программе используются следующие методы:

Наглядные методы:

- метод наглядного двигательного действия (показ двигательного действия);
- репродуктивный;
- опосредованные методы (демонстрация наглядных пособий: плакаты, рисунки, кинофильмы, презентации);
- практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, выполнение заданий, упражнений).

Словесные методы: (объяснение, рассказ, диспут, беседа, постановка задачи, разбор, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания и др.).

При обучении спортивному ориентированию используются игровой и соревновательный методы, наиболее подходящие для младшего школьного возраста. Этот период является сензитивным для развития познавательных процессов. Любая спортивная деятельность, а особенно спортивное ориентирование, приводит к улучшению физического и психического состояния ребенка и благотворно влияет на интеллектуальное развитие.

Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению.

Типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия.

Занятия объединений учащихся проводятся:

- на базе образовательных учреждений;
- в парках города.

Режим занятий. Объем курса составляет 72 часов. Учащиеся по данной программе могут заниматься (в соответствии с требованиями СанПиН

2.4.4.3172-14) 2 часа в неделю (2 раза по 1 академическому часу, продолжительность академического часа – 40 минут).

Причем практические занятия составляют большую часть программы (70 %).

Срок освоения данной программы - 1 год, в объёме 72ч. Программа рассчитана на стартовый уровень подготовки с минимальной сложностью.

Объединение формируется из обучающихся возрастной группы от 7 до 17 лет.

Группа делится на 2 подгруппы по 10 человек.

Состав группы – постоянный. Рекомендуемый состав группы - 21 обучающихся.

Набор обучения в группы проводится в конце августа – начале сентября. Ребенку не требуется специальная подготовка для зачисления в группу.

Новизна программы. Новизна образовательной программы состоит в оптимальном сочетании физического и интеллектуального развития личности ребенка при занятиях спортивным ориентированием в условиях учреждения дополнительного образования детей.

Спортивное ориентирование - это вид деятельности, которым могут заниматься дети разного уровня физического развития без перегрузок и потери интереса к занятиям. Это наиболее органическое сочетание физического и умственного начала, исключительная эффективность способа снятия нервных перегрузок, а также физкультурно-оздоровительного средства для ребенка любого возраста и уровня подготовки.

При составлении данной программы учтен передовой педагогический опыт соседних регионов, а также педагогов города, реализующих программы туристско-краеведческой направленности.

Педагогическая целесообразность.

Программа предполагает организацию оздоровительно-познавательной

деятельности средствами спортивного ориентирования под руководством педагога таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, познавательную и эмоциональную сферы ребенка в непосредственном контакте с окружающей природной и социальной средой.

Ориентирование - это активная деятельность всего организма: длительный бег, до двух часов, при этом на отдельных участках работа в максимальном режиме; это прыжки, лазание и так далее. Но доступно оно для детей с любым уровнем подготовки, так как только сам учащийся выбирает наиболее подходящий для его возможностей и умений темп движения.

Психологическую структуру спортивного ориентирования составляют такие познавательные процессы, как восприятие, воображение, память, внимание, мышление. В процессе ориентирования восприятие окружающей местности протекает в форме наблюдения - сознательного, преднамеренного, планомерного, активного процесса. В ориентировании развивается воссоздающее воображение - умение представлять незнакомую местность по отвлеченным условным знакам на карте, опираясь на образы, сохранившиеся в памяти от прошлого опыта.

Наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое мышление - это последовательные ступени онтогенетического развития. Наглядно-действенное мышление постепенно выделяется из практической деятельности ребенка и принимает форму специальных пробующих действий. К числу важных условий возникновения наглядно-образного мышления относится формирование у детей умений различать план реальных объектов и план моделей, отражающих эти объекты и позволяющих ребенку представить себе скрытые стороны ситуации. Дети учатся оперировать образами произвольно, актуализируя их. Развитие наглядно-действенного и наглядно-образного мышления осуществляется в тесной связи с формированием логического мышления.

Все эти виды мышления осуществляются в деятельности ориентировщика.

Для реализации интересов и способностей детей, более полного развития их природных задатков, педагоги на своих занятиях применяют элементы современных педагогических технологий: здоровьесберегающие технологии, развивающего обучения, проблемного обучения, личностно-ориентированного и дифференцированного подхода к обучающимся, игровой деятельности, технологии сотрудничества. Особенности организации образовательного процесса - усилия образовательного, воспитательного и тренировочного процессов объединены в трех направлениях: ориентирование, туризм и краеведение и физическая подготовка. Программа «Спорт и туризм» выявляет новые возможности в сочетании – ориентирование. В существующих в системе дополнительного образования детей программах, в зависимости от поставленных педагогических задач, имеют место различные акценты на ориентирование, туризм, физическую подготовку.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: укрепление и сохранение здоровья обучающихся,

обеспечение интеллектуального и физического развития социально-активной личности воспитанников через занятие спортивным ориентированием, формированию культуры здорового образа жизни, воспитание позитивных морально-волевых качеств ребенка.

Задачи программы:

образовательные:

- сформировать высокий уровень личной физической и нравственной культуры учащегося, как элемента здорового, активного образа жизни;
- сформировать познавательные и творческие способности обучающихся;
- познакомить с правилами туристской деятельности в соответствии с требованиями данной программы;
- сформировать информационную грамотность, т.е. совокупности знаний, умений и навыков, позволяющих самостоятельно выявлять и использовать информацию с целью удовлетворения потребностей, имеющих образовательное и практическое значение;
- сформировать навыки туристской деятельности;
- сформировать навыки самоконтроля, саморегуляции, коррекции своего здоровья с помощью оздоровительных упражнений.

Развивающие:

- развивать творческие, познавательные, физические способности ребенка;
- развивать у ребенка чувства собственного достоинства;
- развивать двигательные (кондиционных и координационных) способности;
- развивать физические качества учащихся через общую и специальную физическую подготовку;
- развивать психические процессы учащихся: мышление, память и внимание;

- развивать коммуникативные умения, включающие навыки работы в команде, умение слушать и слышать других.

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества, самостоятельности и ответственности;

- воспитывать патриотическое сознание обучающегося: любовь и бережное отношение к природе, к истории и культуре края, в том числе гордость за достижения соотечественников в спорте и туризме.

Коррекционные:

- сформировать понятие «Здоровье»;

- приобщать к здоровому образу жизни у учащихся, через систематические занятия спорта и туризма;

- совершенствовать физическое развитие;

- прививать основные гигиенические навыки.

3. Содержание программы

Учебно-тематический план

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

п/п	Темы, раскрывающие основное содержание программы	Число часов, отводимых на каждую тему
1	Теоретические знания	6
2	Ориентирование на местности	10
3	Топография	8
4	Туристские узлы и их назначение	6
5	Преодоление препятствий	10
6	Туристские игры	15
7	Поход-знакомство	6
8	Физическое воспитание	10
	Итого:	72ч

Содержание программы

Теоретические знания (6ч).

Инструктаж по технике безопасности. Что такое спортивное ориентирование. Гигиена спортивной тренировки. Требования к экипировке. Режим питания. Закаливание. Знакомство с основными правилами соревнований. Оборудование дистанции (старт, финиш) и контрольных пунктов (КП). Изображение дистанции на спортивных картах. Старт, КП, финиш. История изобретения компаса. Решение географических задач на определение координат. Что нужно делать, если заблудился в лесу и что нужно знать, чтобы не заблудиться. Север, юг, запад, восток. Компас и его назначение. Нахождение сторон света без компаса. Ориентиры на местности. Карты. Масштаб. Легенда карты.

Ориентирование на местности (10ч.)

Упражнения и движение на местности с компасом и без него. Определение направлений, расстояний по плану местности и карте. Чтение карт. Обращение с компасом и картой. Азимут. Азимутальный ход. Спортивное ориентирование: обучение и тренировки.

Топография (8ч).

Топографические знаки. Топографический кроссворд. Топографический диктант. Топографические игры (Следопыты, Найди предмет, Цветной маршрут, Охота на зверей, Ночное ориентирование.)

Туристские узлы и их назначение (6ч).

Узлы, их назначение и применение в походе. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, восьмерка, стремя, прусик, удавка, булинь, ткацкий, академический, схватывающий, грейпвайн. Отработка навыков завязывания туристских узлов.

Преодоление препятствий (11ч.)

Виды препятствий. Лесные завалы, овраги, крутые склоны, гари, ручьи и реки. Страховка и самостраховка. Страхочные обвязки. Правила преодоления лесных завалов. Переправа по кочкам и гатям. Спуск с крутого склона. Подъем по крутому склону при помощи веревки. Переправа по бревну. Переправа рюкзаков. Отработка навыков преодоления препятствий.

Туристские игры (15ч).

Краеведческая викторина. Конкурс «Узелок завяжется – узелок развяжется». Игра погоня за лисицей, эстафета в лесу, игра кто первый, игра определи направление, игра запомни ориентиры, игра узкая тропинка, игра переправа, игра бег по кочкам, игра строим дом.

Поход-знакомство (6ч).

Подготовка к ознакомительному походу. Сборы и проверка готовности к первому походу. Пеший поход группы по заранее намеченному маршруту и обучение школьников в естественных условиях похода элементарным туристским навыкам.

Цель: сопоставление карты с местностью, контроль знаний условных

знаков, грубое определение местонахождения, опознавание объектов местности. Проведение: Тренер ведет группу по заранее спланированной трассе, останавливается и объясняет условные знаки и объекты местности, которые им соответствуют. Участники пробуют читать с карты ситуацию или другие объекты местности. Такая форма дает знакомство начинающих с местностью и картой.

Варианты:

а) В лесу установлены КП. Тренер ведет группу на КП, останавливаясь и объясняя условные знаки спортивных карт и объекты местности.

б) На одном из КП вся группа разделяется, и на следующие КП идут малые группы самостоятельно. Дальше они вновь соединяются на одном из КП. Тренер сопровождает одну из групп. Потом можно разделить всю группу на пары, а способных учеников пустить в одиночку. в) Поход по карте с горизонталями. Эта форма учит хорошо читать горизонтали и связанные с ними объекты местности. Группа с тренером идет по холмистой местности и изучает рельеф. Внимание обращается на детали рельефа: холмы, седловины, впадины, ребра, лоцины и т.д. Объяснения лучше проводить во время остановок на самых высоких точках, по возможности, на открытом рельефе.

г) Аналогичная варианту В, только на местности размещены КП.

Азимутные звезды.

Цель: отработать движение по азимуту с определением расстояния на местности без помощи карты. Местность: ровная, хорошо проходимая. Проведение: Участники расходятся с места старта в разные стороны, двигаясь по азимуту, определяя расстояния, они выставляют каждый свой КП и записывают его данные. Пример: (азимут- 250° , расстояние - 400 м). Затем они сходятся к старту. Здесь все участники наносят данные КП в единую таблицу и стартуют. Порядок прохождения КП задает тренер. После бега оценивается постановка КП и точность легенд. Старт: раздельный.

Задание .

Постановка КП в секторах. Цель: выбор подходящего места для

постановки КП. Карта: нормальная. Местность: пересеченная, с множеством подходящих мест для постановки КП. Проведение: Карта разделяется на несколько секторов (по числу участников). Величина сектора зависит от местности. Старт и финиш всех секторов выбирается в одном месте. На старте каждый участник получает сегмент (сектор), в котором он поставит КП. Для постановки КП дается 5-15 минут. Потом все участники возвращается на финиш. Здесь все участники наносят точки КП в секторах на свои карты и стартуют. Начальный сектор и порядок прохождения задает тренер. После бега оценивается постановка КП и точность легенд. Старт: отдельный. Результат участника определяется как сумму времен всех петель.

Задание.

Тренировка памяти. Цель: тренировка памяти карты, выбор и запоминание важнейшей информации с карты. Проведение: Участники на старте имеют неограниченную по времени возможность изучать карту. На карте нанесены КП на разном удалении от старта. Старт находится примерно в центре всех КП. Вариант 1: кто быстрее найдет все КП. Карта остается на старте. Если участник теряет ориентиры или не находит КП, то возвращается на старт, изучает еще раз карту. Если участников не очень много, старт можно дать общий. Вариант 2: кто за одну попытку найдет больше всех КП. Примечание: Постановка КП должна соответствовать опыту участников. Постановка КП должна быть близкой от старта и на хороших ориентирах.

Задание.

Соревнования по баллам (выбор) Цель: быстрое решение по выбору пути движения. Карта: нормальная. Местность: богатая на точки постановки КП. Проведение: На местности размещается сеть КП. Каждый КП в зависимости от сложности постановки и удаленности от старта оценен в баллах. Участники в установленное время (например: 1 час) должен найти, как можно больше КП, чтобы набрать как можно больше баллов. КП должны стоять так, чтобы в установленное время нельзя было собрать все КП. Если

кто-то не уложился в установленное время, то каждая минута опоздания штрафуетя снятием баллов. Побеждает тот, кто набирает наибольшее количество баллов с учетом штрафа. Можно нанести КП разными цветами (соответственно числу баллов). Старт: общий, младшим можно дать некоторое преимущество. Можно давать и отдельный старт. На общем старте карты выдаются за минуту до старта, что уменьшает риск сотрудничества. У всех участников должны быть часы.

Задание.

Игра « найти КП ». Цель: можно использовать в качестве разминки. Карта: нормальная. Местность: хорошо известная участникам. Проведение: В ограниченном участке леса есть несколько КП на разных ориентирах. На картах участников нарисован район поиска, но нет КП. Проведение тренировки может иметь разные варианты: а) Найти все КП: выигрывает тот, кто сделает это быстрее. б) За установленное контрольное время (например: 10, 20, 30 минут), найти как можно больше КП. в) Если участок местности мал, то можно положить карту на старте, а участники ищут КП по памяти, возвращаясь к карте по необходимости. Старт - общий. Примечание: на результат игры влияет случайность, поэтому нельзя делать вывод о подготовленности участников.

Задание.

Соревнования в заданном направлении. Цель: Лично - командное Первенство лагеря по спортивному ориентированию. Проведение: Инструктор готовит положение о соревнованиях, (группы, количество КП) карты, старт, финиш, оборудование, карточки для отметки. Участник должен найти расположенные на местности контрольные пункты (КП) в заданной последовательности: от старта на КП № 1, затем на КП №2 и т. д. Если участник нарушает порядок прохождения КП или пропускает, хотя бы один КП, результат ему не засчитывается. Старт: отдельный по группам или общий. Участники могут иметь номера, тогда можно подготовить протокол старта. Если нет номеров, то время старта нужно вписать в карточку участника.

Физическое воспитание (4ч).

Развитие выносливости. Развитие скоростных качеств. Развитие силовых качеств. Кросс по пересечённой местности. Полоса препятствий. Общая физическая подготовка.

Зачётные занятия (6ч).

Полоса препятствий, ориентация на местности, туристический поход.

4.Планируемые результаты

В процессе освоения программы у учащихся будут сформированы

социальные компетентности:

-личностные: включающие готовность и способность учащихся к самообразованию и саморазвитию на основе мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки учащихся, отражающие их индивидуально–личностные позиции, социальные компетенции, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений; формирование положительного отношения к учению; адекватное понимание причин успешности своей деятельности.

-метапредметные результаты – сформированные универсальные учебные действия (УУД):

-познавательные: развитие устойчивой потребности к самообразованию; умение анализировать, обобщать, применять полученные знания на практике, находить способы решения проблем и выход из сложившейся ситуации, формирование устойчивой потребности в изучении и исследовании родного края, страны;

-коммуникативные: умение сотрудничать с другими обучающимися и взрослыми, общаться, анализировать свои действия, давать оценку поступкам товарищей, четко и логично излагать свои мысли, выступать с сообщениями и докладами.

-регулятивные: адекватно воспринимать оценку педагога, оценивать себя; осуществлять пошаговый и итоговый контроль; выполнять учебные действия в материале, в действии, в уме.

Предметные результаты:

по окончании стартового уровня обучающиеся должны

Знать:

- особенности ориентирования;
- виды спортивного ориентирования;
- правила поведения на улице во время движения к месту занятий, на учебно-тренировочном занятии, в спортивном зале;

- технику безопасности при проведении занятий на местности;
- снаряжение спортсменов–ориентировщиков;
- топографические карты и их особенности, отличие от спортивных карт;
- условные знаки. Виды условных знаков;
- значение техники для достижения высоких спортивных результатов;
- устройство спортивного компаса. Приемы пользования спортивным компасом;
- последовательность действий ориентировщиков при прохождении дистанции;
- действия спортсмена при потере ориентировки и при встрече с соперником;
- виды соревнований по спортивному ориентированию, правила соревнований;
- права и обязанности участников соревнований;
- приемы и способы ориентирования;
- классификацию условных знаков: линейные, площадные, точечные, тормозные, опорные;
- понятие о гигиене, гигиена физических упражнений и спорта;
- роль гигиены физических упражнений, правильного питания и самоконтроля;
- правила оказания первой помощи при мелких травмах и заболеваниях;
- роль общей физической подготовки для достижения высоких и стабильных результатов;
- роль специальной физической подготовки в формировании физических качеств, специфических для спортсменов–ориентировщиков: общей выносливости, быстроты, ловкости, силы.

Уметь:

- применять правила техники безопасности;

- подготавливать снаряжения и выбирать одежду к тренировкам и соревнованиям;
- измерять расстояния по карте и на местности;
- создавать простейшие планы и схемы местности;
- правильно держать спортивную карту;
- ориентироваться с помощью карты по компасу;
- ориентировать карту по компасу;
- применять навыки правильного держания карты и компаса, измерение расстояния на местности парами шагов;
- определять точки стояния;
- сопоставлять карты с местностью;
- преодолевать учебно-тренировочные дистанции по линейным ориентирам;
- снимать азимут;
- выдерживать азимут на коротких участках;
- выполнять общеразвивающие упражнения, направленные на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок;
- выполнять упражнения для развития специальных упражнений ориентировщиков.

1.2 Комплекс организационно-педагогических условий

1. Условия реализации программы

Материально - техническое обеспечение. Для проведения теоретических занятий требуется спортивный зал, учебный кабинет, стадион школы. Практические занятия должны проходить в спортивном зале и на свежем воздухе (например, в лесопарковой зоне).

Перечень необходимого оборудования и снаряжения:

**ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ
ПРИБРЕТЕН В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА «УСПЕХ
КАЖДОГО РЕБЕНКА»**

п/п	Наименование	Ед. измерения	Количество изделий
1	Коврики гимнастические	шт	20
2	Секундомер	шт	2
3	Скамейка гимнастическая жесткая	шт	4
4	Рулетка 50м	шт	2
5	Рулетка 10м	шт	1
6	Конус высотой 15 см	шт	10
7	Конус высотой 30 см	шт	20
8	Картографический материал (карта топографическая ближайшей местности масштаб 1:10000 до 1:500, 1:5000)	шт	20
9	Компас для спортивного ориентирования	шт	20
10	Компас жидкостный	шт	20
11	Веревка вспомогательная 50 м репшнур	шт	2
12	Мяч баскетбольный	шт	1
13	Мяч волейбольный	шт	1
14	Мяч футбольный	шт	1
15	Веревка с флажками для разметки	шт	5
16	Карабин альпинистский	шт	40
17	Скакалка гимнастическая	шт	20

18	Скамейка гимнастическая жесткая	шт	4
19	Мат гимнастический прямой	шт	4
20	Комплекс для групповых занятий с подвижным стеллажом	шт	1
21	Палочка эстафетная	шт	10
22	Мяч для метания	шт	5 шт
23	Стенка гимнастическая	шт	1
24	Картографический материал	шт	1
25	Палка гимнастическая	шт	20

Информационное обеспечение

1. Учебные фильмы
2. Презентации
3. Интернет –сайты.

Дидактические материалы

1. Картографический материал.
2. Карты местности.
3. Тесты.

1.2 Формы аттестации

Программа «Спорт и туризм» предусматривает входной, промежуточный и итоговый контроль знаний, умений и навыков

(мониторинг) в период освоения программы, в основе которых лежит выполнение задания, наблюдение педагога, сдача установленных нормативов, зачетов в игровой форме, соревнований.

Оценка результативности оценивается по 10-балльной системе и оформляется в диагностических картах. Немаловажным условием оценки результативности работы является участие обучающихся в соревнованиях (городских и школьных). Поощрением ребенка являются благодарственные письма, грамоты, дипломы, памятные подарки.

Главные требования при выборе формы

- она должна быть понятна детям;
- отражать реальный уровень их подготовки;
- не вызывать у них страха и чувства неуверенности;
- не формировать у ребенка позицию неудачника, неспособного достичь успеха;
- применять тактику при выборе пути движения.

1.3 Оценочные материалы

Средством обратной связи, помогающим корректировать реализацию образовательной программы, служит диагностический мониторинг.

Диагностический материал собирается и копится непрерывно на всех стадиях реализации программы. Психологическая диагностика воспитанников проводится в виде тестов, тренингов, игр, анкет. В течение года в программу включены упражнения на развитие памяти, мышления и внимания, на развитие глазомера и ориентирования в пространстве. Результативность выполнения учащимися дополнительной образовательной программы отслеживается в достижениях воспитанников, осуществляется по уровням (высокий, низкий, средний) и оформляется в таблицы.

Мониторинг результатов обучения

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка				
1.1 Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы	Способность ответить на простые вопросы по всем темам за год.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний.	1	Анкетирование, тестирование, контрольный опрос, зачеты в игровой форме и др.
		Средний уровень – ребенок способен ответить на более половины вопросов.	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем знаний.	10	
2. Практическая подготовка				
2.1. Ориентирование, соревнования	Владение техниками спортивного ориентирования на требуемом уровне	Минимальный уровень	1	Наблюдение, сдача зачетов в игровой форме, нормативов,
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	

				соревнования
2.2. Медицинский блок	Умение оказывать первую доврачебную помощь (в том числе, самопомощь)	Минимальный уровень	1	Зачет в игровой форме, опрос
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
2.3. Физическая подготовка.	Установленные нормативы ОФП и СФП	Минимальный уровень	1	Зачеты, сдача установленных нормативов, мини-соревнования внутри группы
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
3. Общеучебные умения и навыки ребенка				
3.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в помощи педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – работает с помощью педагога	5	
		Максимальный уровень - работает самостоятельно, не испытывает затруднения.	10	
3.2 Учебно-организационные навыки и умения	Способность самостоятельно подготовиться к занятию и убрать за собой.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков	1	Наблюдение
		Средний уровень – объем усвоенных навыков более 1/2;	5	

		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	
3.3 Умение соблюдать правила безопасности во время занятий	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 1/2 объема навыков соблюдения правил безопасности	1	Наб людение
		Средний уровень – объем усвоенных навыков более 1/2;	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	

Для фиксации полученных результатов на каждого ребенка применяется индивидуальная карточка учета результатов обучения ребенка по дополнительной образовательной программе. Она может быть выполнена в виде индивидуальной зачетной книжки, где в баллах, соответствующих степени выраженности оцениваемого качества, отмечается динамика результатов освоения предметной деятельности конкретным ребенком. Допустимо использовать баллы с десятичными долями, поскольку более дробная дифференциация оценок позволяет более детально проследивать динамику изменений, присущих конкретному ребенку.

Карточка позволяет ввести поэтапную систему контроля за обучением детей и отслеживать динамику образовательных результатов ребенка по отношению к нему самому, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Этот способ оценивания — сравнение ребенка не столько с другими детьми, сколько с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем — важнейшее отличие дополнительного образования, стимулирующее и развивающее мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Каждую оценку надо прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства ребенка, — это поддержит его стремление к новым успехам.

Суммарный итог, определяемый путем подсчета тестового балла, дает возможность определить уровень измеряемого качества у конкретного обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил, заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения.

Большое значение для ребенка имеет оценка его труда родителями, поэтому педагог должен продумать систему работы с родителями. В частности, контрольные мероприятия можно совмещать с родительскими собраниями, чтобы по итоговым работам родители могли видеть рост своего ребенка в течение года.

Немаловажным является личностный аспект образовательных результатов, или механизм оценки личностных качеств ребенка. На развитие личности ребенка влияет множество факторов, а не только общение с педагогом дополнительного образования. Кроме того, непросто найти те показатели личностного развития, на основании которых можно определить их положительную динамику. В педагогике получило распространение понимание воспитательного результата как перечня конкретных групп личностных образований, которые должны быть сформированы у

обучающегося.

Отслеживать динамику личностного развития детей, занимающихся в системе дополнительного образования, можно по трем направлениям. Каждое направление — это соответствующий блок личностных качеств.

I блок — организационно-волевые качества, выступающие субъективной основой образовательной деятельности любой направленности и практическим регулятором процесса саморазвития обучающегося.

II блок — ориентационные свойства личности, непосредственно побуждающие ребенка к активности.

III блок — поведенческие характеристики, отражающие тип общения со сверстниками и определяющие статус ребенка в группе.

Предмет оценки здесь — личностные качества, формируемые в процессе общения ребенка с педагогом и сверстниками. В совокупности приведенные в таблице личностные свойства отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребенка, легко наблюдаемы и контролируемы, доступны для анализа любому педагогу и не требуют привлечения других специалистов.

Мониторинг личностного развития ребенка

Показатели оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Морально - волевые качества				
1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение	Терпения хватает менее чем на ½ занятия;	1	Наблюдение
		Более чем на ½ занятия	5	
		На все занятие	10	

	определенного времени, преодолевая трудности.			
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребенка побуждаются извне Иногда-самим ребенком; Всегда самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному действию)	Ребенок постоянно действует под контролем извне; Периодически контролирует себя сам; Постоянно контролирует себя сам;	1 5 10	Наблюдение
2. Ориентационные качества				
1.Само оценка	Способность оценить себя адекватно реальным достижениям	Завышенная Заниженная Нормальная	1 5 10	Анкетирование
2.Интерес к занятиям в детском коллективе	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	Продиктован ребенку извне Периодически поддерживается самим ребенком Постоянно поддерживается самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
3.Поведенческие качества				
1.Конфликтность (отношение)	Способность занять определенную	Периодически провоцирует конфликты;	1	Наблюдение

ребенка к столкновению интересов (спору)	позицию в конфликтной ситуации	Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать; Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	5 10	
2. Отношение к общим делам	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах; Участвует при побуждении извне; Инициативен в общих делах	1 5 10	Наблюдение
3. Тип сотрудничества	Умение работать в коллективе	Пассивен	1	Наблюдение
		Сотрудничает иногда	5	
		Активен	10	

1.4. Методическое обеспечение

Методическое обеспечение дополнительной адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы.

При составлении учебно-тематического плана педагог должен

исходить из своей педагогической и туристско-краеведческой квалификации, необходимо учитывать следующие факторы: объем учебного материала и последовательное усложнение материала.

В соответствии с возрастными особенностями учащихся используются разнообразные формы организации занятий и методы обучения. На занятиях используется групповая и индивидуальная работа под руководством педагога, что требует от учащихся общения друг с другом и педагогом.

Занятия состоят из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает беседы, рассказы, лекции, объяснения, которые способствуют эффективному усвоению знаний. При проведении занятий большую роль играет использование дидактических материалов, наглядных пособий, презентаций, учебных фильмов. Практическая часть занятий предполагает учебно – деятельностьную игру учащихся, выполнение практических упражнений по изучаемой теме. При проведении занятий применяются технологии проблемного и диалогового обучения, поисково - исследовательские и игровые технологии, интерактивные методики, проводится рефлексия.

Занятия на свежем воздухе обеспечивают практическую работу учащихся по выполнению заданий, физической, спортивной подготовке. При проведении практических занятий активно применяются образовательные технологии личностно - ориентированного и игрового обучения, педагогики сотрудничества, используются интерактивные методики, особое внимание уделяется рефлексии. Вне сетки часов происходит участие в походах, в слетах, туристских конкурсах и соревнованиях.

Для плодотворной работы объединения необходимо:

- помещение, отвечающее санитарно – гигиеническим нормам с необходимым инвентарем;
- разработки занятий, игр, бесед, походов, конкурсных соревнований и т. д.;
- демонстративный и раздаточный материал по каждой теме занятий;

- личное и групповое снаряжение;
- медицинская аптечка.

Список использованной литературы и электронных образовательных ресурсов.

4.Список литературы для педагога

1. Болотов, С.Б. Программа для объединений дополнительного образования «Спортивное ориентирование» [Текст] / С.Б. Болотов. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002. - Выпуск 3– 5с.

2. Воронов, Ю.С., Спортивное ориентирование: программа для ДЮСШОР [Текст] / Ю.С. Воронов, Ю. С. Константинов. – М.: ЦДЮТК, 2000. - 25с.

3. Вяткин, Л. А, Сидорчук, Е. В., Немытов, Д. Н. Туризм и спортивное ориентирование. Учебное пособие – Академия, 2004.

4. Гришина, Ю. М. Общая физическая подготовка, Знать и уметь. - Феникс, 2012. 7.

5. Колесникова, Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова. - г. Новокузнецк, 2007. -10-20с

6. Колесникова, Л.В. Зрелищные виды спортивного ориентирования (методическое пособие) [Текст] / Л.В. Колесникова, г. Новокузнецк, 2007.- 20с.

7. Майоркина, И. В. Влияние занятий спортивным ориентированием на психическое развитие младших школьников с ЗПР

8. Попов, В.Б. 1001упражнение для здоровья и физического развития М., Астрель, 2002.

9. Содержание, структура и оформление программ дополнительного образования детей». Приложение к письму Минобрнауки России от 11.12.06 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» [Текст] //Нормативные документы образовательного учреждения №3 2008 с.39-42

Список литературы для обучающихся

1. Воронов, Ю.С. Учебное пособие «Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков [Текст] / Ю.С.Воронов. – М. : Смоленск, СГИФК, 1998.-10-15с.

2. Иванов, Е.И. Начальная подготовка ориентировщика [Текст] / Е.И. Иванов. - М. : Физкультура и спорт, 1985.-15с.

3. Колесникова, Л.В. Рабочая тетрадь юного ориентировщика [Текст] / Л.В. Колесникова. - М. : Советский спорт, 2003.-3-20с.

4. Колесникова, Л.В. «Спортивное ориентирование с основами туризма

и краеведения» [Текст] / Л.В. Колесникова .- г. Новокузнецк, 2007.10-15с.

5. Моргунова, Т.В. Обучающие контрольные тесты по спортивному ориентированию [Текст] / Т.В. Моргунова. – М.: ЦДЮТур, 2003.-12с.

6. Журнал «Азимут» Федерация спортивного ориентирования России.

СписокИнтернет-ресурсы

<https://rebenokvsporte.ru/sportivnoe-orientirovanie-dlya-detej-so-skolki-let-i-kakaya-polza/> | Ребенок в спорте!

<https://rufso.>

1. Приложения к программе.

Приложение 1.

МОДУЛЬ СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ

Календарно тематическое планирование по спортивному

ориентированию 2025-2026гг.

рок а	Содержание (разделы, темы)	ол- во час ов	Дата	
			проведени я	
			лан	акт
	Теоретические знания (6ч).			
	Инструктаж по технике безопасности. Что такое спортивное ориентирование. Гигиена спортивной тренировки. Игра погоня за лисицей. Развитие скоростных качеств. Общая физическая подготовка.			
	Требования к экипировке. Режим питания. Закаливание. Знакомство с основными правилами соревнований. Оборудование дистанции (старт, финиш) и контрольных пунктов (КП). Изображение дистанции на спортивных картах. Старт, КП, финиш. игра определи направление. Развитие выносливости.			
	История изобретения компаса. Решение географических задач на определение координат. Игра погоня за лисицей. Развитие силовых качеств. Общая физическая подготовка.			
	Что нужно делать, если заблудился в лесу и что нужно знать, чтобы не заблудиться. Север, юг, запад, восток. Компас и его назначение. эстафета в лесу. Кросс по пересечённой местности.			
	Нахождение сторон света без компаса. Ориентиры на местности. игра запомни ориентиры. Общая физическая подготовка.			
	Легенда карты. Карты. Масштаб. игра кто			

	первый. Развитие выносливости.			
Ориентирование на местности (10ч).				
-8	Упражнения и движение на местности с компасом и без него. эстафета в лесу. Развитие скоростных качеств.			
-10	Определение направлений, расстояний по плану местности и карте. Игра погоня за лисицей. Кросс по пересечённой местности.			
1-12	Чтение карт. Обращение с компасом и картой. игра определи направление. Развитие силовых качеств.			
3-14	Азимут. Азимутальный ход. Спортивное ориентирование: обучение и тренировки. игра запомни ориентиры. Развитие скоростных качеств.			
5-16	Ориентирование в заданном направлении. игра кто первый. Развитие выносливости.			
Топография (8ч).				
7-18	Топографические знаки. Топографический кроссворд. Игра погоня за лисицей. Развитие скоростных качеств.			
9	Топографическая игра «Следопыты». Развитие силовых качеств. Общая физическая подготовка.			
0	Топографическая игра «Найди предмет». игра кто первый. Развитие силовых качеств			
1	Топографическая игра «Цветной маршрут». игра бег по кочкам, игра строим дом. Общая физическая подготовка.			
	Топографическая игра «Охота на зверей».			

2	эстафета в лесу. Развитие выносливости.			
3	Топографическая игра «Ночное ориентирование». Игра погоня за лисицей. Развитие скоростных качеств.			
4	Топографический диктант. игра запомни ориентиры. Развитие силовых качеств			
Туристские узлы и их назначение (6ч).				
5	Узлы, их назначение и применение в походе. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник. игра определи направление. Развитие выносливости.			
6	Узлы: восьмерка, стремя, прусик. Игра бег по кочкам, игра строим дом. Развитие скоростных качеств.			
7	Узлы: удавка, булинь, ткацкий. эстафета в лесу. Кросс по пересечённой местности. Общая физическая подготовка.			
8	Узлы: академический, схватывающий, грейпвайн. игра запомни ориентиры. Развитие силовых качеств			
9-30	Отработка навыков завязывания туристских узлов. Игра погоня за лисицей			
Преодоление препятствий (11ч.)				
1	Виды препятствий. Лесные завалы, овраги, крутые склоны, гари, ручьи и реки. Игра определи направление. Развитие выносливости.			
2	Страховка и само страховка. Страховочные обвязки. игра запомни ориентиры. Развитие силовых качеств			
3	Правила преодоления лесных завалов. эстафета в лесу. Развитие скоростных качеств.			
	Переправа по кочкам и гатям. Игра погоня за			

4	лисицей			
5	Спуск с крутого склона. Подъем по крутому склону. Кросс по пересечённой местности.			
6	Переправа по бревну. игра кто первый. Развитие скоростных качеств.			
7	Переправа рюкзаков. игра определи направление			
8	Преодоление ручьёв. игра бег по кочкам, игра строим дом. Кросс по пересечённой местности			
9	Преодоление оврагов. игра узкая тропинка, игра переправа			
0-41	Отработка навыков преодоления препятствий. игра кто первый. Развитие силовых качеств.			
Туристские игры (11ч).				
2	Краеведческая викторина. Развитие выносливости.			
3	Конкурс «Узелок завяжется – узелок развяжется». Общая физическая подготовка.			
4	Игра погоня за лисицей. Развитие скоростных качеств.			
5	эстафета в лесу. Развитие силовых качеств			
6	игра кто первый. Общая физическая подготовка.			
7	игра определи направление,			
8	игра запомни ориентиры. Развитие силовых качеств			

9	игра узкая тропинка. Кросс по пересечённой местности			
0	игра переправа. Развитие выносливости.			
1	игра бег по кочкам. Общая физическая подготовка.			
2	игра строим дом. Развитие скоростных качеств.			
Поход-знакомство (6ч).				
3-54	Подготовка к ознакомительному походу. эстафета в лесу. Общая физическая подготовка.			
5-56	Сборы и проверка готовности к первому походу. Игра погоня за лисицей			
7-58	Пеший поход группы по заранее намеченному маршруту и обучение школьников в естественных условиях похода элементарным туристским навыкам. игра запомни ориентиры			
Физическое воспитание.				
9	Развитие выносливости. Общая физическая подготовка. игра определи направление			
0	Развитие скоростных качеств. Общая физическая подготовка. игра кто первый			
1	Развитие силовых качеств. Общая физическая подготовка. эстафета в лесу			
2	Кросс по пересечённой местности. Общая физическая подготовка. Игра погоня за лисицей			
Зачётные занятия (6ч).				

3- 64	Полоса препятствий. Общая физическая подготовка.			
5- 66	Ориентирование на местности. Общая физическая подготовка.			
7- 68	Туристический поход. Общая физическая подготовка.			

Приложение №2.

Календарно учебный график.

Месяц	Учебные недели	Колич ество учебных недель.	Режим занятий
Сентябрь, октябрь	01.09-31.10.2025	8 недель	Понедельник 14.20-15.00 15.00-15.40
Ноябрь, декабрь	05.11-30.12.2025	8 недель	Понедельник 14.20-15.00 15.00-15.40
Январь, февраль, март	12.01-27.03.2026	10 недель	Понедельник 14.20-15.00 15.00-15.40
Апрель, май	06.04-28.05.2026	8 недель Итого 34	Понедельник 14.20-15.00 15.00-15.40

МОДУЛЬ НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС
СОДЕРЖАНИЕ

1	.Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:	45
1.1	Пояснительная записка	45
1.2	Цель и задачи программы	51
1.3	Содержание программы (учебный план, содержание учебно-тематического плана)	53
1.4	Планируемые результаты	59
2	.Комплекс организационно-педагогических условий адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:	
2.1	Условия реализации программы	61
2.2	Формы аттестации (контроля)	62
2.3	Оценочные материалы	63
2.4	Методическое обеспечение.	64
3	Список литературы	67

1.1.Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1. Пояснительная записка

Программа "Настольный теннис" имеет физкультурно-спортивную направленность дополнительной адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы и ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся, способствующих улучшению физического развития.

Направленность программы—физкультурно-спортивная.

Настольный теннис- это один из самых доступных видов спорта. Заниматься и играть в настольный теннис можно как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Он не требует большого и дорогого инвентаря, достаточно иметь две ракетки, мяч и стол.

Настольный теннис не только спорт, но и увлекательная, и азартная игра, в которую любят и могут играть все желающие, независимо от возраста и способностей. Неудивительно, что с раннего возраста дети проявляют большой интерес к этой игре. Занятия настольным теннисом способствуют формированию и развитию личности ребенка.

Игра "Настольный теннис" является одним из средств физического развития детей, укрепления их здоровья, двигательной активности, развития физических качеств, привития навыков здорового образа жизни.

Уровень сложности: стартовый уровень.

Актуальность программы заключается в том, что настольный теннис доступная, простая и увлекательная спортивная игра, способствующая сохранению и укреплению здоровья учащихся. Настольный теннис одновременно - и спорт, и отдых, и способ общения.

Образ жизни детей и подростков, в настоящее время, отличается сниженной физической активностью, агрессивностью информационной среды. Вовлечение детей в учебно-тренировочный процесс положительно сказывается на их физическом состоянии, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, компенсирует дефицит их двигательной активности.

Новизна программы состоит в рациональном сочетании тренировочных средств разной направленности; в правильном сочетании нагрузки и отдыха, как в тренировочном занятии, так и в целостном тренировочном процессе; в ведении специальных восстановительных микроциклов и профилактических разгрузок; в выборе оптимальных интервалов и видов отдыха. Программа "Настольный теннис" спланирована и построена таким образом, чтобы занятия оказывали благотворное влияние на психологическое и физическое развитие учащихся. Полезная для здоровья, эта спортивная игра оказывает положительное воздействие на многие системы организма (способствует улучшению слуха, обострению зрения, правильному ритму дыхания, повышает двигательные функции организма, (в игре участвуют все группы мышц), координацию, улучшает работу сенсорной системы, вестибулярного аппарата, тренирует мелкую моторику рук, помогает снять физическое и эмоциональное напряжение после уроков, и дает мощный психотерапевтический эффект. Привлечение детей к занятиям настольным теннисом в настоящее время, время компьютеризации и нанотехнологий, немаловажны и очень своевременны.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки,

удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, настольный теннис, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Настольный теннис, как и любой другой вид спорта, воспитывает в человеке дисциплину и лидерские качества, которые пригодятся ему не только в зале, но и в повседневной жизни. При занятиях, Вы улучшаете свою физическую форму и состояние здоровья. Благодаря занятиям, вырабатываются различные полезные навыки, начиная от быстроты реакции, заканчивая ловкостью и выдержанностью.

Отличительная особенность программы в том, что обучение по программе «Настольный теннис» доступно всем детям, независимо от их физических данных и спортивных способностей.

Набор в физкультурно-спортивное объединение "Настольный теннис" проводится для детей с 7-10 лет.

Настольный теннис - один из самых безопасных видов спорта, с минимальной степенью травматизма.

Занятия "настольным теннисом" воспитывают и развивают у детей и подростков культуру здорового и безопасного образа жизни на всех возрастных этапах. Занятия спортом, благодаря индивидуальному подходу к особенностям каждого ребенка, позволяют ему ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных

показателях и достижениях и, самое главное, в показателях его физического и психологического здоровья.

Программа учитывает специфику внеурочной деятельности и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников.

Дети получают расширенное представление об игре в настольный теннис, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут самостоятельно играть в настольный теннис.

Адресат программы: данная образовательная программа рассчитана на учащихся в возрасте от 7 лет до 10 лет. При этом не делается отбор по способностям или наклонностям к данному виду спорта и не предъявляются определенные требования. В группу принимаются практически все учащиеся, желающие научиться играть в настольный теннис, имеющие разрешение врача. Ограничениями при приёме детей могут быть только медицинские показатели.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Настольный теннис" ориентирована на физическое воспитание личности, приобретение начальных знаний, умений и навыков в избранном виде спорта (настольный теннис), укрепление здоровья всех желающих учащихся в течение всего периода обучения. Но, при этом, не исключается возможность, выявлять, отбирать наиболее способных и одаренных детей и подростков для успешного освоения и развития своих умений и навыков в настольном теннисе, как виде спорта. При дальнейшем совершенствовании своего спортивного мастерства, такие дети могут и должны реализовать свои возможности на соревнованиях и турнирах различного уровня, результатом чего будут их личные спортивные успехи и достижения.

На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная

работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и ознакомление с основами техники выбранного вида спорта – настольного тенниса (освоение обучающимися способами хватки ракетки, выполнения основных ударов по мячу, техники передвижений, правил игры и ведения счета).

Программа составлена на ознакомительном уровне и срок её реализации 1 год.

Основными формами образовательного процесса в творческом объединении "Настольный теннис" являются:

-Форма организации образовательного процесса – очная;

-Форма организации детей на занятии: групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная.

-Виды проведения занятий: практическое, комбинированное.

Занятия строятся таким образом, чтобы дети получали удовлетворение и эмоциональный подъем не только от двигательной активности, но и от индивидуальных потребностей, полученных в результате занятий.

Образовательный процесс включает в себя вводно-подготовительную часть (упражнения общей и специальной подготовки), основную часть (направленную на решение основных задач занятия: теоритическую и практическую подготовку) и заключительную часть (включающую, как правило, подвижные игры невысокой интенсивности). В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в настольный теннис. В практической части изучаются технические приемы.

Во время занятий при изучении нового материала и закреплении практических умений и навыков используются различные формы и методы, соответствующие поставленным целям и задачам, а также содержанию образовательной деятельности. (Это методы словесного восприятия, метод наглядности, практический метод, соревновательная и игровая форма.) Наибольший эффект и результат дают игровые и соревновательные формы,

которые в основном и используются на занятиях.

Особенностями организации образовательного процесса являются:

- в соответствии с индивидуальным учебным планом в объединении группы учащихся могут формироваться как одного возраста, так и разных возрастных категорий (разновозрастные группы), а также индивидуально.

- состав группы постоянный;

- в группе занимаются дети, обладающие разными способностями к обучению (подвижность, быстрота и координация движений, "чувство мяча");

- учитываются индивидуальные особенности детей (игровой стиль - "хватка ракетки", "защитник" или "нападающий", "левша" или "правша");

- имеют место соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки;

- проводятся занятия по тестированию, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Срок реализации - 1 год для детей 7-10 лет.

Учебный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков.

Объем часов в год 108 ч Продолжительность занятий составляет по 1 час 3 раза в неделю. Академический час (40 минут) перерыв 10 мин.

Возраст обучающихся 7-10 лет.

2. Цель и задачи программы

Создание условий для всестороннего развития физических способностей и личностных качеств, укрепления здоровья, специальной физической подготовки обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

Задачи: дополнительной адаптированной общеобразовательной программы "Настольный теннис" подразделяются на:

- Воспитательные:

- поддерживать здоровый образ жизни, соблюдать личную гигиену, режим дня и питания, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- на личном примере показывать все достоинства и положительные качества культуры здорового и безопасного образа жизни, пропагандировать здоровый образ жизни;

- сформировать морально – волевые качества, умение проявлять упорство в достижении поставленных целей;

- сформировать коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста и взрослыми;

- уметь работать в коллективе и быть готовым оказать помощь и поддержку.

- Развивающие:

- развить двигательные функции и физические качества (сила, ловкость, быстрота реакции), общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;

- развить спортивные способности через освоение и совершенствование специальной и физической подготовки;

- уметь планировать свою деятельность, распределять нагрузку, осознанно ставить перед собой цели и задачи, находить пути их решения;

- уметь находить ошибки при выполнении учебных заданий и способы их исправления;

- уметь анализировать и объективно оценивать собственные результаты, находить возможности и способы их улучшения.

Образовательные:

- овладеть основами базовой техники игры в настольный теннис;
- иметь элементарную теоретическую подготовку;
- уметь правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- считать занятия настольным теннисом, как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- совершенствоваться на занятиях и сохранять высокий уровень своих способностей и навыков теннисиста;
- улучшать индивидуальные показатели по физической и технической подготовке.

Коррекционные:

- нормализация двигательной активности и обмена веществ;
- предупреждение развития атрофии мышц;
- профилактика контрактур и нарушений опорно-двигательного аппарата;
- выработка способности самостоятельного передвижения и навыков бытового самообслуживания; коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха замкнутого пространства, высоты, завывшения или занижения координации движений и пр.).

3. Содержание программы

Учебный план

Программа разработана как ознакомительный этап освоения игры "настольный теннис".

На этом этапе осуществляется формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также организация их свободного времени, мотивации личности к познанию, творчеству, труду, искусству и спорту, физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами настольного тенниса.

Задача этапа – привлечь и заинтересовать детей настольным теннисом с учётом индивидуальных особенностей развития.

/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1		Беседа
2	Краткие сведения о значении занятий физической культурой для развития человека и укрепления его здоровья.	1	1		Беседа. Опросы.
3	История развития настольного тенниса за рубежом и в нашей стране, успехи российских спортсменов в соревнованиях.	1	1		Беседа. Опросы.
4	Значение занятий настольного тенниса для развития детей.	1	1		Беседа. Опросы.
5	Гигиена, режим дня, закаливание детей.	1	1		Беседа. Опросы.

6	Техника безопасности на занятиях, инвентарь, спортивная одежда занимающихся	1	1		Беседа. Опросы. Наблюдение и контроль за выполнением настоящих инструкций.
7	Самостоятельные занятия дома и их значение	1	1		Наблюдение за выполнением заданных упражнений. Текущий контроль.
8	Общая физическая подготовка.	30		30	Наблюдение за выполнением упражнений и действий по ОФП. Текущий контроль.
9	Специальная физическая подготовка.	20		20	Наблюдение за техникой владения двигательными умениями и навыками. Текущий контроль.
	Техническая подготовка.	24	3	24	Наблюдение

10					· Выполнение теннисных умений. Текущий контроль.
11	Тактическая подготовка.	16	8	9	Наблюдение · Выполнение тактических умений Текущий контроль.
12	Игровая подготовка	10		10	Наблюдение · Тренировочные игры. Анализ игр.
13	Контрольные упражнения	4		4	Тестирование. Выполнение обязательного минимума подготовки.
	Всего:	110	18	80	

Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Форма организации и проведения занятия, методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса, техническое оснащение занятий, вид и форма контроля, форма предъявления результата. Цели и задачи. Настольный теннис как вид спорта и физического оздоровления.

Тема 2.Беседыо физической культуре и спорте.

Теория: Физическая культура и спорт в России. Массовый характер спорта. Физическая культура в системе народного образования. Понятие ОФП (общая физическая подготовка) и её функции. Роль и значение настольного тенниса для здоровья и развития. Физическая культура, как средство всестороннего развития личности.

Тема 3.Беседы о развитии настольного тенниса.

Теория: Возникновение настольного тенниса.Развитие настольного тенниса в России. Олимпийские игры. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх.

Тема 4. Краткие сведения о значении занятий физической культурой и спортом для развития человека и укрепления его здоровья.

Теория:Понятие «физическая культура»; физическая культура как составляющая часть общей культуры; роль физической культуры в воспитании молодежи.

Тема 5: Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена.

Теория:Понятие о гигиене и санитарии; значение дыхания для жизнедеятельности организма; уход за телом, полостью рта и зубами; Гигиена одежды, мест занятий, режим дня, питание спортсменов. Естественные средства закаливания - вода, прогулки и занятия на воздухе, солнечные ванны.

Тема 6: Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда занимающихся.

Теория:Организация рабочего места. Правила безопасности на занятиях. Спортивный инвентарь для занятий ОФП. Специальное

оборудование, инвентарь и тренажеры, правила пользования. Спортивная одежда для занятий.

Тема 7: Самостоятельные занятия дома и их значение

Теория: Как заниматься самостоятельно, чтобы развить основные двигательные качества; здоровье и систематические занятия физическими упражнениями; повторение и закрепление пройденного материала в домашних условиях.

Тема 8. Общая физическая подготовка.

Практика: освоение навыков физической подготовки: утренняя зарядка, бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, прыжки со скакалкой, приседания на месте и др. Эстафета. Спортивные игры.

Тема 9. Специальная физическая подготовка.

Практика: Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости), индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Тема 10. Техническая подготовка.

Теория: Понятие о спортивной технике. Стойка теннисиста, хватка ракетки, исходное положение рук, ног, туловища; откидка, накат, подрезка, подача; перемещения.

Практика: Овладение техникой игры. Хватка ракетки. Жонглирование мячом. Овладение техникой с работой ног. Овладение техникой ударов по мячу на столе. (Набивание мяча ладонной стороной ракетки. Набивание мяча тыльной стороной ракетки. Имитация движений. Поддачи. Удары. Накат открытой ракеткой справа. Накат закрытой ракеткой слева. Короткий накат. Длинный накат. Подрезка открытой ракеткой. Подрезка закрытой ракеткой).

Тема 11. Тактическая подготовка.

Теория: Основные принципы и правила игры. Понятия о счете в

настольном теннисе; правила начисления очка. Тактика одиночной игры.

Практика: Выполнение тактических приемов (перемещения, подачи) в упражнениях на занятиях. Применение тактических вариантов в учебных, тренировочных играх.

Тема 12. Игровая подготовка.

Практика: Индивидуальная, групповая и командная тренировка. практические занятия индивидуально и в парах. Учебная, тренировочная игра. игра на счет разученными ударами; групповые игры; «Солнышко», «Один против всех», «Круговая – с тренером» и другие.

Тема 13. Контрольные упражнения.

Практика. Тестирование упражнений и выполнение обязательного минимума по общей физической и специальной подготовке. Тестирование теннисных умений.

4. Планируемые результаты

Планируемые результаты: приобретаемые учащимися в процессе

обучения программы:

Личностные:

- поддерживают здоровый образ жизни, соблюдают личную гигиену, режим дня и питания, закаляются посредством занятий спортом и настольным теннисом, организуют свой отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- на личном примере показывают все достоинства и положительные качества культуры здорового и безопасного образа жизни, пропагандируют здоровый образ жизни;

- воспитали в себе морально – волевые качества, умеют проявлять упорство в достижении поставленных целей;

- сформировали коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста и взрослыми;

- умеют работать в коллективе и готовы оказать помощь и поддержку.

Метапредметные:

- развили двигательные функции и физические качества (сила, ловкость, быстрота реакции), общую выносливость организма к физическим нагрузкам;

- развивают свои спортивные способности через освоение и совершенствование специальной и физической подготовки;

- умеют планировать свою деятельность, правильно распределяют нагрузку, осознанно ставят перед собой цели и задачи, умеют находить пути их решения;

- умеют находить ошибки при выполнении учебных заданий и способы их исправления;

- умеют анализировать и объективно оценивать собственные результаты, находят возможности и способы их улучшения.

Предметные:

- овладели основами базовой техники игры в настольный теннис;

- имеют элементарную теоретическую подготовку;
- умеют правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- считают занятия настольным теннисом, как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- совершенствуются и сохраняют высокий уровень своих способностей и навыков теннисиста;
- показывают свои умения, как по физической, так и по специальной подготовке, улучшают индивидуальные показатели по физической и технической подготовке.

1.2.Комплекс организационно-педагогических условий

1.Условия реализации программы

1. Календарный учебный график
2. Материально техническое обеспечение:
 - зал для занятий настольным теннисом;
 - теннисный стол - 1 шт.;
 - сетка для теннисного стола - 1 шт.;
 - мячи для настольного тенниса;
 - ракетки 12 шт.;
 - теннисные мячи 300 шт.
3. Дидактическое обеспечение программы :
 - «Правила игры в настольный теннис»;
 - «Правила судейства в настольном теннисе»;

**ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ,
НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ, ПРИОБРЕТЕН
В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «УСПЕХ КАЖДОГО
РЕБЕНКА»**

п/п	Наименование	Ед. изм ерения	Кол ичество изделий
	Теннисный стол с сеткой	шт	1
	Ракетка для настольного тенниса	шт	12
	Мяч для настольного тенниса	шт	300

2. Формы аттестации

Основным критерием текущего контроля успеваемости является

посещаемость обучающихся, тестирование по ОФП и СП, показатели итоговой аттестации.

Преподаватель наблюдает за тем, как проходит овладение техническими и тактическими приемами, как происходит применение этих приемов в тренировочном процессе.

В группах занимаются дети разного паспортного и биологического возраста, с неодинаковой физической подготовленностью. И при проведении всевозможных игр, эстафет, игровых заданий возникает проблема уравнивания возможностей занимающихся. Поэтому основным принципом контрольно-оценочной деятельности является дифференцированный подход при осуществлении оценочных и контролирующих действий.

Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися и собеседование. Используются методы опроса, тестирования, анализа полученных данных по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные упражнения внутри группы.

Тестирование учащихся в группе проводится в октябре - стартовое и в мае - итоговое, по основным параметрам (общефизической и технической подготовке) - на протяжении всего периода обучения.

Итоговое тестирование проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

3.Оценочные материалы

Для оценки алгоритма деятельности и проверки знаний и умений

необходима диагностика уровня освоения образовательной программы обучающимися.

Диагностический инструментарий

Для выявления полученных знаний, умений и навыков по темам диагностика результатов проводится с использованием следующих методов: беседа, устный опрос, наблюдение, выполнение контрольных упражнений.

Целесообразность использования диагностического инструментария.

Диагностические методики, используемые педагогом соответствуют возрастным особенностям детей и позволяют оценить степень освоения программы и уровень достижения планируемых результатов.

Педагогический контроль подготовленности учащихся, данные систематических наблюдений и тестирования по основным разделам обучения

проводится педагогом весь период обучения. Это способствует повышению эффективности обучения навыкам игры в настольный теннис. Анализ результатов тестирования и оценка усвоения теннисных умений и навыков позволяют выявить уровень развития отдельных физических качеств учащихся, оценить степень технико-тактической подготовки, выявить преимущества и недостатки в применяемых средствах и методах обучения.

Дополнительно необходимо отметить, что система оценки освоения программы не ограничивается только проверкой усвоения знаний и выработки умений и навыков по конкретному виду спорта (настольный теннис). Она ставит более важную задачу: развивать у обучающихся умение контролировать себя, проверять и находить свои ошибки, анализировать и искать пути их устранения.

4.Методическое обеспечение программы

Для усиления интереса обучающихся к занятиям в объединении "Настольный теннис" наиболее эффективным является построение учебного

процесса с использованием следующих методов обучения:

1. В начале освоения каждого нового приема игры учащиеся знакомятся с

правильным его выполнением и применением в игре. Для этого используется словесный метод обучения (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий «противника» и др.);

2. Для более четкого представления используется наглядный метод обучения (показ отдельных упражнений, учебные фильмы, видеофильмы). Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы с основными приемами игры;

3. Практические методы обучения направлены на освоение спортивной техники (разучивание упражнения в целом и по частям). Каждый обучающийся осваивает и отрабатывает новый прием игры с педагогом и с другими обучающимися в паре;

4. Для развития двигательных качеств используется повторный, переменный, интервальный, соревновательный и др. методы обучения;

5. Игровой метод обучения направлен на закрепление и совершенствование полученных знаний и умений.

Формы организации образовательного процесса для физкультурно-оздоровительного направления: индивидуальная, индивидуально-групповая, групповая.

Формы организации учебного занятия: беседы, наблюдение, игры, конкурсы, практические занятия, эстафеты, соревнования.

Доступность программы для детей, проявивших выдающиеся способности.

Если ребенок проявляет способности на занятиях настольным теннисом, для него имеется возможность заниматься углубленно. Если ребенок быстрее других осваивает тему и выполняет задание, ему даются дополнительные задания. При этом обучающиеся, проявившие свои способности в настольном теннисе, имеют возможность выезда в другие

районы. И, участвуя в соревнованиях своего и более высокого уровня, дети видят реально свои результаты и возможности.

Доступность дополнительной общеобразовательной программы для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Расписание занятий по программе "Настольный теннис" позволяет корректировать время занятий и занятость теннисного зала.

Использование современных образовательных технологий в курсе «Настольный теннис»

При обучении игре в настольный теннис используются такие технологии как:

-образовательные (образовательный процесс детей в ТО "настольный теннис" имеет развивающий характер, т.е. направлен, прежде всего, на развитие природных задатков, на реализацию интересов детей и на развитие у них общих, творческих и специальных способностей).

-воспитательные (осознание обучающимися значимости занятий «настольным теннисом»).

-педагогические технологии являются процессом достижения планируемых результатов обучения и включают в себя:

а) технология поддержки ребенка (поддержка индивидуального развития, творческого характера обучающегося);

б) технологии сотрудничества с коллективом (правила поведения в коллективе, участие в общих мероприятиях, взаимопонимание);

в) здоровье-сберегающие технологии (направлены на укрепление и сохранение здоровья, стремление к ведению здорового образа жизни, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей);

г) информационно-коммуникативные технологии (это процессы подготовки и передачи информации обучаемому, средством осуществления которых является компьютер. ИКТ повышают мотивацию к занятиям спортом, развивают информационную культуру);

д) игровые технологии (освоение правил поведения, приобретение навыков совместной коллективной деятельности, индивидуальные характеристики учащихся, необходимые для достижения цели: выигрыш, победа, приз); развивают познавательную активность, повышают интерес к систематическим занятиям, создают командный дух в коллективе, повышают эмоциональность учебно-тренировочного процесса);

е) технологии проблемного обучения (обучающиеся самостоятельно определяют проблему, ставят цели, задачи, определяют способы достижения результата, проявляют самостоятельность в работе);

ж) интегрированный (учащиеся легко переходят с одного вида упражнений на другой, видят их связь);

Используются и другие современные технологии: технология разноуровневого обучения, технология индивидуализации обучения (адаптивная), инновационные, дистанционные образовательные технологии.

Использование дистанционных образовательных технологии при реализации программы.

Материалы по дистанционному обучению по программе ТО "Настольный теннис" представлены на официальном сайте ДДТ (<http://ddt-vyazma.ru/>) в разделе «Дистанционное обучение».

3.Список литературы для учащихся

1. Богущас М. "Играем в настольный теннис", М., Просвещение, 1987.
2. Барчукова Г. В. «Учись играть в настольный теннис»»: «Советский спорт»; Москва; 1989

Список литературы для педагога

1. Амелин А.Н. Современный настольный теннис, М., 2005.
2. Амелин А.Н. Настольный теннис: 6+12, М., "Ф и С", 2005.
3. Амелин А.Н., Пашинин В.А. Настольный теннис (Азбука спорта). М., Ф и С", 2007 .
4. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М., "Ф и С", 2001.
5. Байгулов Ю.П. Настольный теннис: Вчера, сегодня, завтра. М., "Ф и С", 2000 .
6. Барчукова Г.В., Шпрах С.Д. Игра доступная всем. М., Знание, 2001.
7. Былеева Л.В. Подвижные игры, М., "Ф и С", 2000.
8. Захаров Г.С. Настольный теннис: Школа игры. Из-во: «Талка», 2001.
9. Шпрах С.Д. Настольный теннис. «У меня секретов нет...», М., 2008.
10. Настольный теннис. Правила соревнований. М., "Ф и С", 2009.
11. Барчукова Г. Настольный теннис, М., "Ф и С", 1990.
- спорт", 2014.
13. Команов В.В. Настольный теннис глазами тренера, М., 2012.
14. Вартамян М.М. Российская энциклопедия настольного тенниса. Магнитогорск, 2010.

Календарно тематическое планирование настольного тенниса.

Приложение 1.

Календарно-тематическое планирование по настольному теннису
2025-2026 г

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1-2.	Вводное занятие. История развития настольного тенниса. Хват ракетки.	2	
3-6.	Подбивание мяча с отскоком от пола. Правой, левой стороной ракетки и поочередно.	4	
7-10.	Подбивание мяча правой, левой стороной с последующим отскоком от пола.	4	
11-14.	Набивание мяча на ракетке правой, левой стороной ракетки и поочередно.	4	
15-18.	Набивание мяча на ракетке сидя на полу. Правой, левой стороной ракетки и поочередно.	4	
19-22.	Набивание мяча на ракетке, сесть на пол и встать. Правой, левой стороной ракетки и поочередно.	4	
23-26.	Набивание мяча с разной высотой отскока. Правой, левой стороной ракетки и поочередно.	4	
27-30.	Подбивка и ловля мяча ракеткой. Набивка мяча правой стороной и ребром ракетки поочередно.	4	
31-34.	Стойка теннисиста и способы перемещения.	4	
35-38.	Стойка теннисиста и способы перемещения.	4	
39-42.	Набивание мяча об стенку с отскоком от пола. Правой и левой стороной ракетки.	4	
43-46.	Набивание мяча об стенку с отскоком от пола. Правой и левой стороной ракетки.	4	
47-50.	Набивание мяча об стенку в мишень с отскоком от пола. Правой и левой стороной ракетки.	4	
51-54.	Набивание мяча об стенку в мишень с отскоком от	4	

	пола. Правой и левой стороной ракетки.		
55-58.	Откидка мяча слева.	4	
59-62.	Откидка мяча слева.	4	
63-66.	Срезка мяча слева.	4	
67-70.	Срезка мяча слева.	4	
71-74	Накат мяча слева.	4	
75-78	Накат мяча слева.	4	
79-82.	Откидка мяча справа.	4	
83-86.	Откидка мяча справа.	4	
87-89.	Подрезка слева.	3	
90-91	Подрезка справа.	2	
92-93	Подрезка справа.	2	
94-95	Подача откидкой слева.	2	
96-98	Подача откидкой справа.	2	
99-100	Подача маятником слева.	2	
101-102	Подача маятником справа.	2	
13-104	Игра в парах основные техники	2	
105-106	Игра в парах основные техники	2	
107-108	Двусторонняя игра	2	

Календарно учебный график настольного тенниса.

Месяц	Учебные недели	Количество учебных недель.	Режим занятий
Сентябрь, октябрь	01.09-31.10.2025	8 недель	Пятница 13.30-14.10 14.20-15.00 15.00-15.40
Ноябрь, декабрь	05.11-30.12.2025	8 недель	Пятница 13.30-14.10 14.20-15.00 15.00-15.40
Январь, февраль, март	12.01-27.03.2026	10 недель	Пятница 13.30-14.10 14.20-15.00 15.00-15.40
Апрель, май	06.04-28.05.2026	8 недель Итого 34	Пятница 13.30-14.10 14.20-15.00 15.00-15.40

МОДУЛЬ «ФУТБОЛ»**Содержание**

1.Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:	73
1.1 Пояснительная записка	73
1.2 Цель и задачи программы	79
1.3 Содержание программы (учебный план, содержание учебно-тематического плана)	80
4. Планируемые результаты	85
1.2.Комплекс организационно-педагогических условий адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:	
1.Условия реализации программы	88
2.Формы аттестации (контроля)	90
3.Оценочные материалы.	94
4.Методическое обеспечение.	98
5. Список литературы.	100

**1.1 Комплекс основных характеристик адаптированной
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

1.1. Пояснительная записка

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неременный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол – игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Направленность программы– физкультурно-спортивная

Уровень сложности: стартовый уровень.

Актуальность программы.

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой педагогической целесообразности работы по программе «Футбол». Физическое воспитание в системе дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие,

формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

Отличительные особенности программы

Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностноориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Футбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся от 7 до 17 лет. Минимальный численный состав группы – 11 человек. Группы формируются согласно возрасту учащихся и их мотивации. К занятиям в группах спортивно-оздоровительной направленности допускаются все лица, желающие заниматься спортом независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие заключение врача-педиатра о состоянии здоровья и медицинский допуск к занятиям избранным видом спорта).

При наличии свободных мест в течение календарного года может производиться зачисление учащихся в группы без испытательных заданий.

Формы и методы обучения, тип и формы проведения занятий

Формы и методы обучения.

Форма организации занятий:

групповая и индивидуально-групповая.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- Фронтальная - одновременная работа всех учащихся.
- Индивидуальная, фронтальная - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы. Групповая - организация работы по малым группам.
- В парах - организация работы по парам.
- Индивидуальная.

Возможные формы занятий:

- учебно-тренировочные занятия,
- игры,
- эстафеты,
- соревнования.

Наиболее важными в этот год обучения в учебно-тренировочной группе являются упражнения общего воздействия, направленные на разностороннюю подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

Основными формами обучения игры в футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а так же тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном. При начальном обучении основам используется фронтальный метод обучения, так как он позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся.

Типы занятий:

1. Общая физическая подготовка(ОФП). Направлена на развитие

силы, выносливости и гибкости.

2. Техничко-тактическая подготовка. Обучение различным техническим приёмам игры в футбол: удары по мячу, ведение мяча, дриблинг, передачи, отбор мяча и игра в обороне.

3. Работа с мячом. Упражнения с мячом, направленные на улучшение техники владения мячом, точности ударов, контроля над мячом и других игровых навыков.

4. Тренировки на выносливость. Бег на длинные дистанции, интервальные тренировки и упражнения на аэробную выносливость.

5. Командные тренировки. Обучение работе в команде, взаимодействию друг с другом, координации действий и игре в пас.

Режим занятий:

Объем курса составляет 72 часа в год. Учащиеся по данной программе могут заниматься (в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14) 2 часа в неделю (2 раза по 1 академическому часу, продолжительность академического часа – 40 минут).

Срок освоения данной программы - 1 год, в объёме 72ч. Программа рассчитана на стартовый уровень подготовки с минимальной сложностью.

Объединение формируется из обучающихся возрастной группы от 7 до 17 лет.

Группа делится на 2 подгруппы по 11 человек.

Состав группы – постоянный. Рекомендуемый состав группы - 22 обучающихся.

Набор обучения в группы проводится в конце августа – начале сентября. Ребенку не требуется специальная подготовка для зачисления в группу.

Новизна программы:

В процессе занятий по этой программе у учащихся этого возраста не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются

сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность - мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Педагогическая целесообразность

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой педагогической целесообразности работы по программе «Футбол». Физическое воспитание в системе дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

Отличительные особенности программы

Данная программа мало отличается от других, но все же основное отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме

того, в нее включен достаточно значительный блок теоретических знаний из области футбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: дополнительного образования детей состоит в том,

чтобы на основе интересов и склонностей, учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал знаний и двигательных навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным тренировкам.

Задачи:

оздоровительная

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

образовательная

- овладение школой движений;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физ. упражнений на состояние здоровья человека;
- выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

развивающая

- развитие координационных и кондиционных способностей;

коррекционная

- коррекция основных двигательных действий (ходьба, бег, прыжки, лазанья, перелазания, метания и др.);
- коррекция и развитие двигательных способностей;
- профилактика и коррекция соматических нарушений (осанки, сколиоза, плоскостопия, телосложения, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний).

3. Содержание программы

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов	Формы проведения занятий	
			теория	практика
1	Основы знаний	2	2	
2	Техническая подготовка	26	5	21
3	Тактическая подготовка	8	2	6
4	Физическая подготовка	36	9	27
	ИТОГО	72	18	54

Содержание разделов программы

1. Теоретические сведения Теория:

- Правила техники безопасности и поведения на занятиях футболом;
- Правила игры в футбол (размеры поля для игры в футбол, правила игры, полевых игроков и вратаря, выполнение штрафных ударов, классификация и терминология технических приемов игры в футбол);
- Значение здорового образа жизни (режима дня в жизнедеятельности человека, питание в сохранении и укреплении здоровья);
- Гигиенические требования (гигиена жилья, места учебы, отдыха и занятий спортом, личная гигиена, гигиена одежды и обуви);
- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека (значение утренней гимнастики и закаливающих процедур, понятие о правильной осанке); - Оказание первой медицинской помощи при травмах.
- Понятие о тактике и тактические комбинации, характеристики игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, нападающих, индивидуальные и групповые тактические действия;

- Правила подвижных и спортивных игр, требования к проведению спортивных эстафет.

2. Общефизическая подготовка.

Теория: Занятия физическими упражнениями в режиме дня. Всестороннее развитие человека. Влияние физических упражнений на развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы организма, двигательного аппарата человека.

Практика: Бег. Прыжки, прыжковые упражнения в движении. Общеразвивающие упражнения на месте, в движении. Упражнения с набивными мячами. Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения). Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону). Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук). - Эстафеты с мячом; с предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

3. Специальная подготовка

Теория: Занятия физической культурой в домашних условиях. Оценка учащимися своего самочувствия и уровня физической подготовленности.

Практика:

- Удары по мячу ногой - внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема

- Удары по мячу в движении - по неподвижному и катящемуся мячу, после остановки мяча, ведение и рывки на короткие и длинные расстояния, удары по летящему мячу, удары на точность в ноги партнера, ворота, цель или движущемуся партнеру;

- Удары по мячу головой – серединой лба, без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему мячу, на точность партнеру и в ворота;

- Остановка мяча ногой – подошвой и внутренней стороной стопы,

катящегося и опускающегося мяча, грудью, на месте и в движении;

- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, без сопротивления защитника, ведущей и неведущей ногой;

- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону;

- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде;

- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру.

4. Техническая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений.

Техника безопасности.

Практика:

- Стойки игрока - перемещения в стойке приставными шагами, боком и спиной вперед, ускорение, старты из различных положений;

- Техника передвижения – бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом в сторону с поворотами и остановками, выпадом и прыжками на две ноги, прыжки вверх с толчком двух ног, с места и толчком одной с разбегом);

- Техника игры вратаря – основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча без падения и в падении, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с

разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность, выбивание ногой с земли и с рук на точность;
 - Техника свободного нападения.

- 5. Тактическая подготовка

Теория: Просмотр соревнований профессиональных спортсменов, учебных видеофильмов. Домашние задания и их выполнение.

Практика:

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);

- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);

- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);

- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);

- Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения

«вне игры»);

➤ Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);

➤ Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

- Позиционные нападения без изменения позиций игроков;
- Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот.

6. Игровая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при игре.
Техника безопасности.

Практика:

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;
- Игра и игровые задания 2:1,3:1, 3:2 и 3:3. «Регби»;
- «Квадрат»;
- «Пятнашки с ведением мяча»; - «Броуновское движение

4. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками и взрослыми на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- Оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- Характеристика явления, их объективная оценка на основе освоенных знаний;
- Обнаружение ошибок при выполнении учебных задач, отбор способов их исправления;
- Готовность конструктивно решать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- Организация самостоятельной деятельности с учетом требований безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий;
- Анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сдержанность, рассудительность;
- Технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта (лёгкой атлетики), использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, физическими нагрузками, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями физических качеств;
- Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстниками при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения занятий;
- Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- Выполнение жизненно важных двигательных умений и навыков различными способами, в различных условиях.

Предметные результаты: по окончании стартового уровня обучающиеся должны

Знать:

- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- о причинах травматизма на занятиях и правилах его предупреждения;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- о физических качествах и общих правилах их тестирования;
- об обучении движений, роли зрительного и слухового

анализаторов при их освоении и выполнении;

- о правилах соревнований по легкой атлетике;
- о работе мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении упражнений.

Уметь:

- составлять комплекс утренней гимнастики и выполнять его;
- контролировать режим нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- организовать и проводить занятия по легкой атлетике;
- уметь взаимодействовать со сверстниками в процессе занятий,

1.2. Комплекс организационно-педагогических условий

1. Условия реализации программы

Материально - техническое обеспечение.

ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ,
НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ, ПРИОБРЕТЕН В
РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «УСПЕХ КАЖДОГО РЕБЕНКА»

п/п	Наименование	Ед. изм ерения	Кол ичество изделий
1	Секундомер	шт	1
2	Скакалка гимнастическая	шт	20
3	Комплекс для групповых занятий (с подвижным стеллажом)	шт	1
4	Мяч футбольный	шт	1
5	Конус высотой 15 см	шт	10
6	Конус высотой 30 см	шт	20
7	Палочка эстафетная	шт	10
8	Мат гимнастический прямой	шт	4
9	Мяч набивной медицинбол	шт	1
10	Скамейка гимнастическая жесткая	шт	4
11	Стенка гимнастическая	шт	1

2. Формы аттестации

Информационное обеспечение

4. Учебные фильмы

5. Презентации.

Контроль осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

Дидактический материал

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.
3. Дневники достижений.

Формы аттестации.

1. сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
2. - участие в спортивных праздниках.

Перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения футболистами контрольно-переводных нормативов (тестов) по общей и специальной физической подготовке. Тестирование по общей физической и технической подготовке проводится в начале и конце учебного года. Основным критерий – повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатом в начале года.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)			
		Норматив		
		8 лет	9 лет	10 лет
Быстрота	Бег на 30 м	6,5 с	6,0 с	5.5
	Бег 60м со старта	12.3	11.8	11.5
	Челночный бег 3x10 м	10.2	9,5 с	9.3

Скоростно- силовые качества	Прыжок в длину с места	110 см	125 см	140
	Тройной прыжок	300 м	330 м	360
	Прыжок вверх со взмахом руками	10см	12см	14
Выносливость	Бег 1000 метров	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)			
		Норматив		
		11-12 лет	13-14 лет	15-17 лет
Быстрота	Бег на 15 м с высокого старта	3.0	2.9	2.8
	Бег на 15 м с хода	2.8	2.6	2.4
	Бег на 30 м с высокого старта	5.3	5.1	4.9
	Бег на 30 м с хода	4.7	4.6	4.5
Скоростно- силовые качества	Прыжок в длину с места	1.80	1.85	1.90

	Тройной прыжок	5.80	6.00	6.20
	Прыжок в высоту без замаха	9	10	12
	Прыжок в высоту со взмахом рук	16	18	20
Сила	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы	6	7	8
Техническое мастерство	Удар по мячу ногой на точность	50%	45%	40%
	Удар по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой)	25	27	30
	Обводка стоек и удар по воротам	6.8	6.7	6.6
	Вбрасывание аута	11	12	13

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится диагностика:

- Входная. Проводится в сентябре и определяет стартовый уровень.
- Промежуточная. Она проводится в декабре на открытом занятии.
- Итоговая. Проводится в конце учебного года на открытом занятии или по результатам соревнований.

3. Оценочные материалы

Оценочные процедуры освоения программы в рамках данной образовательной программы осуществляются в ходе текущего контроля за

успеваемостью, промежуточной аттестации, итоговой аттестации и представляют собой совокупность регламентированных процедур, организационную форму процесса оценивания, посредством которого тренерами-преподавателями производится оценка освоения обучающимися образовательной программы.

Оценочные материалы, обеспечивающие реализацию данной образовательной программы представлены тестовыми заданиями по оценке уровня физической, технической подготовки и контрольно-переводными нормативами.

Тестовые задания для оценки освоения программы в части практической подготовки

1.1. При проведении тестирования по физической подготовке следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

1.1.1. Подтягивание (для оценки силы и силовой выносливости мышц плечевого пояса).

И.П. – вис хватом сверху на перекладине, руки на ширине плеч. Сгибание рук до положения «подбородок над перекладиной», возвращение в и.п. до полного выпрямления в локтевом суставе.

Методические указания: раскачивание тела на перекладине, сгибание ног, перехват рук не допускаются. Критерием служит максимальное число подтягиваний за 30 сек.

1.1.2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а так же статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног).

И.П. – упор лежа. Сгибание рук до касания грудью пола (скамейки), разгибание – до полного выпрямления рук.

Методические указания: ладони на ширине плеч, локти направлены назад-в стороны. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию, которая сохраняется на протяжении всего выполнения упражнения. Дается

одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе без отдыха. Критерием служит максимальное число отжиманий за 30 сек.

1.1.3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц брюшного пресса).

И.П. – лежа на спине, руки в замок за головой, ноги согнуты в коленях на 90 градусов, ступни зафиксированы. Сесть, локтями коснуться коленей, лечь.

Методические указания: фиксируется максимальное количество подъемов за 30 секунд в одной попытке. Упражнение выполняется на гимнастическом мате.

1.1.4. Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

И.П. – скакалка сзади. Фиксируется максимальное количество прыжков за 1 минуту в одной попытке. Критерием служит максимальное количество прыжков за 1 мин.

1.1.5. Бег 60 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей)

Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. Критерием, служит минимальное время.

1.2. Для оценки освоения программы обучающимися в части технической подготовки используются тестовые упражнения, перечисленные в таблице.

Для обучающихся определенных возрастных категорий представлены и нормативы.

	Упражнение	7-8 лет	9-10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
Для полевых игроков											
1.	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)							8	6	7	8
2.	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек.)	о 30,0	о 30,0	о 20,0	о 20,0	0,0	,5	9,0	8,7	8,5	8,3
3.	Жонглирование мячом (количество раз)			0	2	0	5	более 25	более 25	более 25	более 25
Для вратарей											
1.	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)					0	4	8	3	4	4
2.	Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)					5	0	5	5	5	6
.	Бросок мяча на дальность (м)					0	4	6	2	3	3

4. Методические материалы

Методическое обеспечение адаптированной дополнительной

общеобразовательной общеразвивающей программы.

п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Теоретическая подготовка	Традиционная, беседы, просмотр телепередач, тестирование, зачеты, беседы с родителями, общие собрания учащихся и родителей, творческие встречи.	Диалог, анализ выступлений, показ, решение проблемных ситуаций. Словесный, наглядный, практический (судейство), индивидуальный.	Использование специальной литературы, наглядных пособий по темам. Спортивный зал или кабинет с мультимедийной техникой	Опрос учащихся, судейство соревнований.
2.	Практическая подготовка	Комбинированное занятие, игра, праздник, зачет, эстафета, соревнование, репетиция.	Игры, упражнения, репродуктивный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, в парах.	Таблица оценки тестовых испытаний детей. Схемы, иллюстрации. Оборудованный спортивный	Зачет, открытое занятие для родителей, самоанализ, сдача контрольно-переводных нормативов

				зал или футбольное поле Свисток – 1 шт. Секундомер – 1 шт. Футбольный мяч – 8 шт.	,соревнован ия.
--	--	--	--	--	--------------------

3Список использованной литературы и электронных образовательных ресурсов

Список литературы для педагога

1. В.И.Губа,А.В.Лексаков «Теория и методика футбола» Уч.: Sport М:2016
2. А.В. Шишкина, О.П.Алимпиева, Л.В.Брехов «Физическая культура» 1-2 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М:

АКАДЕМНИКА/УЧЕБНИК, 2013г.

3. А.В. Шишкина, О.П.Алимпиева, Л.В.Брехов «Физическая культура» 3-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: АКАДЕМНИКА/УЧЕБНИК, 2013г.

4. В. Промский, Н. Ковеня, «Футзал» - современный метод подготовки, г.Кострома, 2016 г.

5. Б. Цирик, «Игровые упражнения в тренировке футболистов» 2016 г.

6. С. Андреев, «Мини-футбол», издат. «Физкультура и спорт», 2015 г.

3. Список литературы для обучающихся.

1. Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников/А.А.Гужаловский.- Минск: Народная асвета, 2010. - 87 с.

2. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена/ В.М.Зациорский.- М.: Физкультура и спорт, 2009.- 200 с.

3. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников/ В.И. Лях.- М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 2008.- 272 с.

4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003.

5. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М.: ФиС.2001г.

6. Спортивная гимнастика. Программа. – М.: Советский спорт, 2005

7. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. - М.: ФиС, 2000.

8. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988.

9. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. - М.: ФиС, 2001.

10.Зациорский В.М. Физические качества спортсменов. -М.: ФиС,

2003.

4. Приложения к программе.

4.1 Календарно тематическое планирование.

Календарно-тематический план по футболу на 2025-2026 учебный год.

Номер Занятия	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Даты проведения	
			План	факт
	Основы знаний	2		
1	Инструктаж по охране труда на занятиях футбола. История возникновения футбола. Развитие футбола. Правила мини-футбола, футбола. Жесты судей.	2		
	Техническая подготовка	26		
2	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	2		
3	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.	2		
4	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма.	2		
5	Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба.	2		
6	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в	2		

	цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.			
7	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	2		
8	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).	2		
9	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов).	2		
10	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате	2		
11	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	2		
12	Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке.	2		
13	Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	2		
14	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	2		
	Тактическая подготовка	12		
15	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков.	2		
16	Нападение в игровых заданиях 3: 1,3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в	2		

	нападении. Групповые тактические действия в нападении.			
17	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.	2		
18	Командные тактические действия в защите. Двусторонняя учебная игра.	2		
	Физическая подготовка	34		
19	Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Многократное поднимание прямых ног в висе.	2		
20	Бег в горку. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой.	2		
21	Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Подвижная игра «Всадники».	2		
22	Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой».	2		
23	Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие.	2		
24	Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости.	2		
25	Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Сумей догнать». Подвижная игра «Гонка с выбыванием».	2		

26	Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением.	2		
27	Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу	2		
28	Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов.	2		
29	Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижная игра «Вызов номеров».	2		
30	Подвижная игра «Поймай палку». Подвижная игра «Поймай мяч».	2		
31	Подвижная игра «Салки». Подвижная игра « Охотники и утки».	2		
32	Подвижная игра «Перехвати мяч». Подвижная игра «В одно касание».	2		
33	Подвижная игра «В одно касание». Подвижная игра «День и ночь».	2		
36	Подвижная игра «Салки в парах». Подвижная игра «Бег-преследование».	4		
Итого:		72		

Приложение №2.

4.2 Календарно учебный график по футболу. 2025-2026

Месяц	Учебные недели	Количество учебных недель.	Режим занятий
Сентябрь, октябрь	01.09-31.10.2025	8 недель	Понедельник 15.40-16.20 Четверг 13.30-14.10
Ноябрь, декабрь	05.11-30.12.2025	8 недель	Понедельник 15.40-16.20 Четверг 13.30-14.10
Январь, февраль, март	12.01-27.03.2026	10 недель	Понедельник 15.40-16.20 Четверг 13.30-14.10

Апрель, май	06.04-28.05.2026	8 недель Итого 34	Понедельник 15.40-16.20 Четверг 13.30-14.10
-------------	------------------	----------------------	--

МОДУЛЬ ШАХМАТЫ

СОДЕРЖАНИЕ

1	Комплекс основных характеристик адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	107
1.1	Пояснительная записка	108
1.2	Цель и задачи программы стр	114
1.3	Содержание программы(учебный план, содержание учебно-тематического плана	116
1.4	Планируемые результаты	126

2	Комплекс организационно-педагогических условий адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	127
2.1	Условия реализации программы	127
2.2	Формы аттестации (контроля)	129
2.3	Оценочные материалы стр.	130
2.4	Методическое обеспечение	131
3	Список литературы	133
4	Приложение	135

1.Комплекс основных характеристик дополнительной адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.. Пояснительная записка

Программа «Шахматы» является модифицированной дополнительной общеразвивающей программой физкультурно - спортивной направленности.

Уровень сложности-стартовый

Актуальность данной программы обусловлено наличием у учащихся стремления к всевозможным играм и состязаниям, связанным с некими переживаниями, новыми ситуациями, преодолением трудностей,

достижением успеха. Удовлетворению перечисленных потребностей в полной мере может содействовать игра в шахматы. Кроме этого, данная программа позволяет нивелировать фактор родительской неосведомленности относительно пользы игры в шахматы, помочь ребенку познакомиться с предметом, выявить и поддержать талантливых учащихся.

Актуальность состоит в том, что стратегические модели и концепции, усваиваемые игроками в процессе обучения игре в шахматы, имеют не абстрактное, а прямое применение в таких областях, как бизнес, экономика и управление.

Занятия по данной программе способствуют сохранению физического и психического здоровья учащегося, его успешности и адаптации в обществе, помогают наиболее полно раскрыть свои возможности, инициативность, способность творчески мыслить и находить нестандартные решения.

Новизна программы заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться шахматами с «нуля», а также внимание к вопросу, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Отличительные особенности данной программы. Дополнительная общеразвивающая программа «Шахматы» разработана для детей, которые имеют разные стартовые способности, а процесс обучения раскрывает образовательный потенциал каждого ребёнка.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в том, что она направлена на организацию содержательного досуга учащихся, удовлетворение их потребностей в активных формах познавательной деятельности.

Игра в шахматы развивает наглядно-образное мышление, способствует зарождению логического мышления, воспитывает усидчивость, вдумчивость, целеустремленность, вырабатывает в человеке ряд необходимых и требуемых

в обществе качеств: волю, выносливость, терпение, способность к концентрации внимания, смелость, расчет, умение быстро и правильно принимать решения в меняющейся обстановке и т.д.

Инновационность программы состоит в использовании авторских сценариев. Программа насыщена различными интеллектуальными заданиями, в ходе которых учащиеся пополняют свой словарный запас. Предлагаемая дополнительная общеразвивающая программа для детей младшего школьного возраста программа «Шахматы» направлена на интеллектуальное развитие детей, способствует совершенствованию психических процессов, становление которых особенно активно в дошкольном возрасте.

Адресат. Дополнительная общеразвивающая программа «Шахматы» рассчитана на детей 7-18 лет. Возможен прием детей, указанный возраст которых, будет, достигнут в течение учебного года. В целом, детский коллектив дружный, эмоционально отзывчивый.

При проведении занятий большое внимание уделяется развитию личностных качеств обучающихся, таких как логическое мышление, выдержка, дисциплина, терпение, находчивость, сосредоточенность, благородство. Учебно-тематический материал программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков. Представленные в программе темы создают целостную систему подготовки шахматистов.

Объём программы - 72 часа.

Срок освоения программы – 36 недель.

Уровень сложности программы: стартовый.

Форма обучения – очная, возможно обучение с применением дистанционных технологий.

Занятия по данной программе групповые, в группе от 10-15 детей. Программное содержание реализуется через следующие формы занятий:

комплексные: дидактические игры и задания, решение шахматных

задач, практическая игра, теоретические занятия, шахматные игры.

-контрольные: шахматные турниры.

(Могут использоваться разнообразные формы занятий с электронными и дистанционными образовательными технологиями).

При обучении с применением дистанционных образовательных технологий используются следующие формы занятия:

- видеоконференция,
- онлайн тестирование;
- интернет- урок;
- практическое занятие;
- лабораторная работа и прочее.

При дистанционном обучении используются следующие образовательные ресурсы:

Образовательная платформа/ресурс	Ссылка
Play Magnus	https://www.playmagnus.com/ru
ШахМатКанал	https://www.youtube.com/channel

Особенности организации образовательного процесса. Каждый раздел программы состоит из определенного количества часов. Число разделов применением регламентировано, и каждый раздел преследует определенную цель. Основным видом деятельности в процессе занятий по данной программе является игра. Индивидуальный подход базируется на личностно-ориентированном подходе к учащемуся, при помощи создания педагогом «ситуации успеха» для каждого учащегося, таким образом данная методика повышает эффективность и результативность образовательного процесса. Подбор заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью учащегося на занятии.

Особенности организации образовательного процесса отражают:

- региональные (муниципальные) особенности и традиции, социальный заказ общества;

- особенности форм проведения занятий (групповые, подгрупповые или индивидуальные, теоретические или практические); традиционные (лекции, практические занятия, семинары, экскурсии) или инновационные (игропрактики, хакатоны, воркшопы, викторины, флеш-мобы).

Региональный компонент заключается в знакомстве учащихся с творчеством выдающегося шахматиста Ульяновской области В.С. Гусаковым, который получил звание «Лучший шахматист области 20-го столетия».

Профориентационный компонент ДОП «Шахматы». Шахматы закаляют человека, не физически, а психологически. Они учат выдерживать сильнейший стресс и не показывать свои эмоции. Знания, полученные при обучении игре в шахматы, могут стать незаменимыми для военных, ведь они точно также должны защитить свой лагерь и разгромить противника. Умение производить расчеты, составлять правила и возможные ходы и маневры. Все это есть как в реальных военных действиях, так и в шахматах. Человек, который неплохо играет в шахматы, сможет легко решать задачи, в том числе и стратегические.

Кроме этого, подобные навыки будут незаменимыми для детективов и следователей. Стоит вспомнить о том, какого мнения о шахматах был Шерлок Холмс или любой другой детектив из популярных романов. С их помощью можно играючи поймать преступника в ловушку, продумав каждый свой шаг и рассмотрев все возможные шаги преступника.

Можно выделить множество специальностей, в которых шахматы могут сыграть решающую роль. Известно, что некоторые компании принимают на работу логистов только после прохождения теста, сильно напоминающего стандартные шахматы, только вместо фигур здесь будут использоваться всевозможные грузы. Такие же тесты вполне можно ввести и в ряде других отраслей, что положительно скажется на общем выполнении плана и продуктивности работы.

Режим занятий: занятия по программе проводятся 1 раз в неделю по 2 занятия по 40 мин. (15 мин. перерыв). В каникулярное время режим занятий учебных групп может переноситься на более удобное время для учащихся. При организации дистанционного обучения режим занятий: 1 раз в неделю по 2 часа (30 мин. онлайн-занятие и 30 минут перерыв, затем 30 мин. офлайн – занятие, 30 мин. перерыв).

2.Цель и задачи программы

Цель: развитие логического мышления и интеллектуальных способностей у младших школьников посредством обучения их основам игры в шахматы.

Задачи: Образовательные:

- формировать устойчивый интерес младших школьников к игре в шахматы;
- способствовать освоению детьми основных шахматных понятий (шахматная доска, шахматное поле, шахматная фигура, ход фигуры, взятие,

начальная позиция, шахматная нотация, взаимодействие между фигурами на шахматной доске, ценность шахматных фигур, рокировка, пат, мат, ничья, дебют, миттельшпиль, эндшпиль, шахматные часы, время, отведенное на партию, т. д.);

- познакомить с правилами поведения партнеров во время шахматной игры, обучать учащихся во время шахматной партии действовать в соответствии с этими правилами;

- научить учащихся взаимодействию между фигурами в процессе выполнения игровых заданий, а так же умению применять полученные знания о шахматных фигурах в процессе игры;

- обеспечить успешное овладение учащимися основополагающих принципов ведения шахматной партии;

- содействовать активному использованию полученных знаний в процессе игровой практики за шахматной доской;

- научить ориентироваться на плоскости, обогащать детскую фантазию.

Развивающие:

- развивать умение сравнивать, выявлять и устанавливать простейшие связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения учебной задачи;

- развивать все сферы мышления, память, внимание, наблюдательность, воображение;

- способствовать активизации мыслительной деятельности младшего школьника;

- приобщать ребенка к самостоятельному решению логических задач;

- формировать мотивацию к познанию и творчеству;

- создавать условия для формирования и развития ключевых компетенций воспитанников (коммуникативных, интеллектуальных,

социальных).

Воспитательные:

– воспитывать, усидчивость, целеустремленность, волю, организованность, уверенность в своих силах, самостоятельность в принятии решений.

3. Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	контроль	
1	Введение в программу	2	1	-	1	
2	Героическая пешечка. Ни шагу	2	1	1	-	Текущий контроль,

	назад! (Пешка)					,опрос, тестирование
3	Шахматная шкатулка	2	1	1	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
4	Маленькое войско	2	1	1	-	Текущи й контроль, , опрос, тестирование
5	Вежливые слоны	2	1	1	-	Текущи й контроль, , опрос, тестирование
6	Тяжелые и легкие фигуры	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
7	Тяжелые и легкие фигуры	2	-	2	-	Текущий контроль, ,\опрос, тестирование
8	Могучая фигура (Ферзь)	2	1	1	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
9	Надёжный товарищ	2	1	1	-	Текущий контроль, ,опрос,

						тестирование
10	Надёжный товарищ	2	-	2	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
11	Прыг, скок и вбок	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
12	Поход на три поля	2	2	-	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
13	И король жаждет боя	2	2	-	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
14	Шах и мат	2	1	1	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
15	Шах и мат	2	-	2	-	Минитурнир
16	Как ладья похудела	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
17	Короткая или длинная?	2	2	-	-	Текущий контроль,

						, опрос, тестирование
18	Ответь, как в сказке, сам, без подсказки (шахматная викторина)	2	1	-	1	Шахматная викторина
19	В гостях хорошо, а дома лучше	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
20	Здоровые телом - сильные духом!	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
21	Шахматная эстафета	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
22	Шахматная эстафета	2	-	2	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
23	Реши этюд, отгадай задачу	2	-	-	2	Праздник
24	Кто бы не начинал - ничья: я уничтожаю пешку	4	4	-	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование

25	Квадрат пешки	2	2	-	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
26	Правило квадрата	4	4	-	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
27	Без поддержки короля	2	2	-	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование
28	Без поддержки короля	2	-	2	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
29	Ответь как в сказке, сам, без подсказки (шахматная викторина)	2	1	-	1	Шахматная викторина
30	И снова в гости	2	2	-	-	Минитурнир
31	Шахматная эстафета	2	1	1	-	Текущий контроль, , опрос, тестирование
32	Шахматная эстафета	2	-	2	-	Текущий контроль, ,опрос, тестирование

33	Шахматная эстафета	2	-	2	-	Текущий контроль, опрос, тестирование
34	Шахматная шкатулка	2	1	1	-	Минитурнир
35	Шахматный турнир	1	1			
36	Шахматный турнир	1	1			
Итого		72	38	34		

Содержание учебного плана Раздел 1. Введение в программу

Тема 1. В стране шахматных чудес

Теория: знакомство с программным материалом. Правила безопасности, правила поведения на занятиях. Понятия «шахматная доска», «белые»,

«черные» поля, чередование белых, либо черных полей, «центр» шахматной доски, шахматные поля квадратные, горизонталь, вертикаль, диагональ.

Контроль: праздник. Игры на знакомство: «Здравствуйте», Чтение сказки

«Шахматная страна», беседа.

Раздел 2. Шахматные фигуры

Тема 2. Героическая пешечка. Ни шагу назад! (Пешка).

Теория: правила поведения на занятиях. Правила ПДД. Знакомство с понятием и значением пешка на шахматной доске.

Тема 3. Шахматная шкатулка

Теория: Закрепление знаний детей о действиях пешек и их взаимодействии в игре.

Практика: «Угадай». «Найди домик для своей пешки».

Тема 4. Маленькое войско

Теория: закрепление знаний детей о действиях пешек и ладей и их взаимодействии в игре.

Практика: игра.

Тема 5. Вежливые слоны

Практика: Заучивание стихотворения «Слон». «Войско из коробки», «Куча мала», «Соседи», «Что общего?», «Прогуляйся по улице», «Чем отличаются?». Просмотр мультфильма «О шахматной фигуре - слон». Творческая минутка «Вырезать и приклеить фигуру Слон».

Тема 6. Тяжелые и легкие фигуры Теория: фигура в шахматах.

Практика: упражнения «Найди и назови», «Главные фигуры», «Белые и черные», «Кто быстрее?»

Тема 7. Тяжелые и легкие фигуры

Практика: игры: «Один в поле воин», «Игра на уничтожение»,

«Ограничение подвижности», «Захват контрольного поля», «Защита контрольного поля», «Огонь».

Тема 8. Могучая фигура (Ферзь)

Теория: знакомство с понятием ферзь. История названия фигуры – ферзь

Практика: заучивание стихотворения о ферзе. Почитать стихи о Ферзе.
Игра

«Пирамида». «Найди свое место».

Раздел 3. Шахматные ходы.

Тема 9. Надежный товарищ

Теория: закрепление знаний детей о взаимодействии ферзя с другими фигурами.

Практика: игра «Шахматный теремок». «Найди свое место».

Тема 10. Надежный товарищ

Практика: упражнение «Заштриховать фигуру». Игры

«Угадай по описанию», «Прятки». Упражнять в нахождении фигуры в ряду остальных

Тема 11. Прыг, скок и вбок

Теория: ввести понятие о значении и действиях коня в игре. История названия фигуры конь. Обсуждение индивидуальности фигуры.

Практика: Игры «Ряд», «На стуле», «Большая и маленькая». Упражнять в нахождении фигуры в ряду остальных. Просмотр мультфильма «О коне». Игры «Угадай по описанию», «Прятки».

Тема 12. Поход на три поля

Теория: закрепить знания об особенностях коня и его взаимодействии с другими фигурами и пешками. Развивать логическое мышление.

Тема 13. И король жаждет боя

Практика: «Что пропало?». «Найди свое место». «Атака неприятельской фигуры».

Тема 14. Шах и мат

Теория: закрепить знания детей о взаимодействии короля с другими фигурами и пешками.

Практика: «Путаница». «Атака неприятельской фигуры».

Тема 15. Шах и мат

Практика: упражнения «Правильно положи перед собой шахматную доску»,

«Мешочек», «Да и нет», «Мяч», «Расставь фигуры», «Лабиринт»,

«Кратчайший путь».

Тема 16. Как ладья похудела

Теория: познакомить детей с правилами рокировки.

Практика: «Найди свое место».

Тема 17. Короткая или длинная?

Теория: закрепить знания детей об особенностях проведения

рокировки.

Тема 18. Ответь, как в сказке, сам, без подсказки
(шахматная викторина)

Теория: закрепление полученных знаний.

Контроль: шахматная викторина.

Тема 19. В гостях хорошо, а дома лучше

Теория: закрепить знания детей об особенностях поведения коня на шахматной доске.

Практика: «Найди свое место», «Атака неприятельской фигуры».

Тема 20. Здоровые телом - сильные духом!

Теория: ввести понятие о прямой зависимости теоретической шахматной подготовки от физкультуры и спорта.

Практика: «Игра на уничтожение», «Защита». «Найди свое место».

Тема 21. Шахматная эстафета

Теория: закрепление полученных знаний.

Практика: «Игра на уничтожение» «Мешочек», «Атака неприятельской фигуры».

Тема 22. Шахматная эстафета

Практика: игра «Один в поле воин», «Игра на уничтожение», «Ограничение подвижности», «Захват контрольного поля», «Защита контрольного поля»,

«Огонь», «Поставь шах королю», «Кто быстрее - передвижение коня из угла в угол; на соседнее с ним поле», «Война пешек».

Тема 23. Реши этюд, отгадай задачу Контроль: праздник.

Раздел 4. Волшебный квадрат

Тема 24. Кто бы не начинал - ничья: я уничтожаю пешку

Теория: развивать наблюдательность, память, умение анализировать позицию на шахматной доске.

Тема 25. Квадрат пешки

Теория: развивать наблюдательность, память, умение решать шахматные задачи.

Тема 26. Правило квадрата

Теория: развивать наблюдательность, память, умение решать шахматные задачи. «Игра на уничтожение», «Защита».

Тема 27. Без поддержки короля

Теория: развивать наблюдательность, память, умение решать шахматные задачи.

Тема 28. Без поддержки короля

Практика: игры: «Игра на уничтожение» «Захват контрольного поля», «Атака неприятельской фигуры», «Один в поле воин», «Ограничение подвижности», «Защита контрольного поля».

Тема 29..Ответь как в сказке, сам, без подсказки (шахматная викторина)»

Теория: закрепление полученных знаний.

Контроль: шахматная викторина.

Тема 30. И снова в гости

Теория: закрепление полученных знаний.

Тема 31. Шахматная эстафета

Теория: закрепление полученных знаний.

Практика: чтение стихов, викторина, игры в парах: «Нарисуй горизонталь»,

«Исправь ошибку», «Раскрась диагональ», «Собери шахматную доску», «Цвет», «Войско из коробки», «Куча мала», «Соседи», «Что общего?», «Прогуляйся по улице», «Школа», «Поднимитесь на лифте», «Ракеты на старте», «Лабиринт», «Один в поле воин», «Игра на уничтожение»,

«Ограничение подвижности», «Захват контрольного поля», «Защита контрольного поля», «Огонь», «Поставь шах королю»,

«Гости», «Соберем урожай», «Кто быстрее - передвижение коня из угла в угол; на соседнее с ним поле», «Война пешек».

Тема 32. Шахматная эстафета Практика: практическая деятельность.

Тема 33. Шахматная эстафета Практика: практическая деятельность.

Тема 34. Шахматная шкатулка

Теория: закрепление полученных знаний.

Практика: чтение стихов, викторина, игры в парах. «Захват контрольного

поля». Игровые задания «Подготовься к бою», «Ориентировка на шахматной доске», «Начинаем шахматный бой», «Шах, мат КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

1.4 Планируемые результаты

Модель выпускника.

(учащиеся будут знать):

- историю возникновения шахматной игры;
- шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнеры, начальное положение, белые, черные, ход, взятие, стоять под боем,
- названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король; - правила хода и взятия каждой фигуры.

Метапредметные результаты (учащиеся будут уметь):

- ориентироваться на шахматной доске;
- играть каждой фигурой в отдельности;
- правильно помещать шахматную доску между партнерами;
- правильно расставлять фигуры перед игрой;
- различать горизонталь, вертикаль, диагональ;
- рокировать;
- решать элементарные шахматные задачи;
- правильно располагать доску м/у партнерами, расставлять фигуры.

Личностные результаты (учащиеся будут проявлять):

- коммуникативные способности;
- воображение и личностное восприятие окружающего мира;
- интеллектуальные способности.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

Материально-технические условия:

- удобное помещение для проведения занятий,
- подбор мебели по росту ребенка,
- освещенность по санитарным нормам,
- технические средства обучения (интерактивная доска, компьютер, мультимедийная установка).

Материалы и инструменты: демонстрационная настенная магнитная

шахматная доска с комплектом шахматных фигур 2 шт. настольные шахматы и шахматные деревянные доски 20 шт; шахматные часы 10 шт;

Информационно-методическое обеспечение программы: авторские методические пособия к разделам ДОП, презентации, видеофильмы, дидактические материалы, технологические карты, картины, иллюстрации, рисунки детей, конспекты занятий, инструкции по ТБ и ОТ, периодическая литература, детская литература, энциклопедии, интернет - ресурсы.

Кадровое обеспечение: наличие у педагога высшего педагогического образования, высшей квалификационной категории, курсов повышения квалификации по занимаемой должности.

2 Формы аттестации/контроля

Применяются следующие педагогические формы диагностики для определения результатов освоения Программы:

- индивидуальная;
- групповая.

Входящая педагогическая диагностика проводится в начале учебного года. С ее помощью выявляются фактические знания, умения и практические навыки детей игры в шахматы, также определяются тенденции развития знаний и умений воспитанников на перспективу.

Итоговая педагогическая диагностика проводится в конце учебного года. С её помощью проходит оценивание результатов освоения Программы воспитанниками, определение перспективы дальнейшего обучения детей игре в шахматы с учетом новых задач.

Промежуточная педагогическая диагностика может проводиться не со всеми детьми группы, а выборочно с теми, у кого проявляются существенные трудности в обучении игре в шахматы. Такая диагностика нужна для выявления динамики обучения детей игре в шахматы, оценки правильности выбранной в отношении ребенка стратегии в освоении им Программы.

3 Оценочные материалы

Применяются следующие педагогические формы диагностики для определения результатов освоения Программы:

- индивидуальная;
- групповая.

Критерии оценки учебных результатов программы:

Высокий уровень освоения Программы. Воспитанник демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием Программы; показывает широкие

возможности практического применения в собственной творческой деятельности приобретенных знаний умений и навыков. Ребенок имеет представление о шахматах. Умеет пользоваться линейкой и тетрадь в клеточку. Умеет быстро и правильно находить поля, вертикали и диагонали, показывая и называя их вслух. Знает, различает и называет шахматные фигуры. Знает ходы шахматных фигур и их отличия. Понимает важность первых ходов. Имеет понятие о приёмах взятия фигур. Умеет самостоятельно выполнять задания, кратко и точно выражать мысли, выполнять задания в более быстром темпе. У ребёнка развита познавательная активность, логическое мышление, воображение. Обладает навыками счёта предметов, умение соотносить количество и число. Развито зрительное восприятие, внимание, мелкая моторика рук. Умеет планировать свои действия, обдумывать их, рассуждать, искать правильный ответ. Развиты ловкость и смекалка, ориентировка в пространстве, способность думать, мыслить, анализировать. Имеет понятие «рокировка», «шах» и «мат». Умеет записывать шахматные партии. Узнаёт и различает геометрические фигуры в различных положениях, уметь конструировать их из палочек и различных частей, уметь использовать эти фигуры для конструирования орнаментов и сюжетов. Средний уровень освоения Программы. Воспитанник демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием Программы; может применять на практике, в собственной творческой деятельности, приобретенные знания, умения и навыки. Ребенок затрудняется в использовании линейки и тетради в клеточку, в умении быстро и правильно находить поля, вертикали и диагонали, показывать и называть их вслух. Путает название шахматных фигур, ходы шахматных фигур и их отличия. Путает понятия «равно», «неравно», «больше», «меньше». Путается в названии геометрических фигур, в сравнении величин на основе измерения. Не всегда узнаёт и

различает геометрические фигуры в различных положениях.

Низкий уровень освоения Программы. Воспитанник демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием Программы; не стремится самостоятельно применять на практике и в своей деятельности приобретенные знания, умения и навыки.

Ребенок не умеет быстро и правильно находить поля, вертикали и диагонали, показывать и называть их вслух. Не знает, не различает и не называет шахматные фигуры. Не знает ходов шахматных фигур и их отличия. Не имеет представления о понятиях «рокировка», «шах» и «мат». Не умеет записывать шахматные партии.

4 Методические материалы

Обучение шахматному искусству относится к числу наиболее сложных видов деятельности и поэтому располагает целой системой разнообразных методов:

Целостный метод – практически любое практическое упражнение (композиция), трудность которого соответствует уровню подготовки воспитанников, может быть освоено целостно. Вместе с тем, следует учитывать, что использование целостного метода обучения подразумевает наличие определённого опыта, полученного ранее.

Метод расчленения применяется в основном при изучении относительно сложных приёмов, а также для коррекции учебного навыка, для исправления некоторых ошибок или работы над выразительностью рисунка.

Метод слова (метод устного изложения) – рассказ, описание, объяснение, беседа

Наглядный метод (метод иллюстрации и демонстрации) — схемы, презентации, представления, понятия.

Практический метод— упражнения, приучение, самостоятельно выполняемые обучающимися действия.

Метод закрепления изучаемого материала (метод повторности движений) – повторение пройденного материала до 3-х и более раз).

Метод авансирования успеха – создание ситуации успеха для каждого ребенка, стимулирование.

Метод игры — использование игровых сюжетов в структуре занятий.

Метод самостоятельной работы обучающихся по осмысливанию и усвоению нового материала;

Метод работы по применению знаний на практике и выработке умений и навыков: праздники, фестивали, концерты, конкурсы, открытые занятия;

Метод проверки и оценки знаний, умений и навыков обучающихся: повседневное наблюдение за воспитанниками, устный опрос (индивидуальный, групповой), контрольные занятия, соревнования, программированный контроль.

Методические разработки, дидактический и лекционный материал:

- раздаточный материал (диаграммы) для проведения конкурсов задач по тактике;
- раздаточный материал (диаграммы) для решения задач;
- тесты для проверки теоретических знаний по изучаемым темам;
- практикум. Позиции для решения с глубиной расчета 1 ход;
- практикум. Позиции на разыгрывании.

Воспитательный компонент

Цель воспитательной работы: создание условий для развития, саморазвития и самореализации личности обучающихся через физкультурно-спортивную направленность

Задачи воспитательной работы:

- воспитывать, усидчивость, целеустремленность, волю, организованность, уверенность в своих силах, самостоятельность в принятии решений;
- способствовать сохранению памяти о подвиге нашего народа в ВОВ;
- формировать основы правового образования учащихся.

Планируемые результаты воспитательной работы:

- учащиеся будут проявлять воображение и личностное восприятие окружающего мира, интеллектуальные способности;
- сформировано чувство патриотизма по отношению к своей Родине. Приоритетные направления воспитательной деятельности: гражданско-патриотическое воспитание, нравственное и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей, здоровьесберегающее воспитание, профориентационное воспитание.

5. Список литературы для педагога

1. И. Весела. Шахматный букварь. – М.: Просвещение, 1983.
2. В. Гончаров. Некоторые актуальные вопросы обучения дошкольника шахматной игре. – М.: ГЦОЛИФК, 1984.
- 3 В. Князева. Уроки шахмат. – Ташкент: Укитувчи, 1992.
4. И.Г. Сухин. Шахматы, первый год, или Там клетки черно – белые чудес и тайн полны: учебник для начальной школы, первый год обучения. В 2-х частях. Часть 1.- 4-е изд. – Обнинск: Духовное возрождение, 2012. – 80с., ил.
5. И.Г. Сухин. Шахматы, первый год, или Там клетки черно – белые

чудес и тайн полны: Рабочая тетрадь для начальной школы. В 2-х частях. Часть 2.- 6-е изд. – Обнинск: Духовное возрождение, 2013. – 32с., ил.

6. И.Г. Сухин. Шахматы, второй год, или Играем и выигрываем: учебник для

начальной школы, первый год обучения. В 2-х частях. Часть 2.- 3-е изд. – Обнинск: Духовное возрождение, 2009. – 80с., ил.

7. И.Г. Сухин. Волшебный шахматный мешочек. – Испания: Издательский центр Маркота. Международная шахматная Академия Г. Каспарова, 1992.

8. И.Г. Сухин. Удивительные приключения в Шахматной стране. – М.: Поматур, 2000.

для детей и родителей:

1. Весела, И. Шахматный букварь / И. Весела, И. Веселы. - М.: Просвещение, 1983г;

2. Гришин В., Ильин Е. Шахматная азбука. – М.: Детская литература, 1980.

3. Карпов, А. Е. Учитесь шахматам / А. Е. Карпов. - М.: Эгмонт Россия Лтд, 2004;

4. Касаткина В. «Шахматная тетрадь»/ Касаткина В. – Архангельск: Дайв, 2009г

5. Москалёв В. А. Шахматная тетрадь для дошкольников: рисуем ходы, осваиваем правила / Москалёв В. А. - Ростов н/Д: Феникс, 2012г.

6. Сухин, И. Г. Удивительные приключения в Шахматной стране / И. Г. Сухин. - Ростов н/Д: Феникс, 2004г;

7. Сухин, И. Г. Шахматы для самых маленьких / И. Г. Сухин. - М.: Астрель; АСТ, 2000г;

8. А. Трофимова . Шахматная тетрадь-раскраска . Рисуем, учимся, играем. /

Трофимова А. С. - Феникс, 2015 г. интернет-источники <http://www.shahmatik.ru/>

<http://webchess.ru/ebook/><https://chess-samara.ru/>

6. Приложение к программе

Календарно тематическое планирование

Год обучения – первый год обучения. Начало учебного года – 1 сентября.

Окончание учебного года – по окончании реализации учебного плана.

Количество учебных недель – 36 недели.

Количество учебных дней – 72 дня

№ п/п	Учебная неделя, в течение которой планируется проведение занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема	Форма аттестации/контроля
	11 неделя	Комбинированное	2	В стране шахматных чудес	Праздник
	22 неделя	Комбинированное	2	Героическая пешечка. Шаг назад! (Пешка)	Текущий контроль, опрос, тестирование
	33 неделя	Комбинированное	2	Шахматная шкатулка	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
4	4 неделя	Комбинированное	2	Маленькое войско	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
	55 неделя	Комбинированное	2	Вежливые слоны	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
	6 6	Комбинированное	2	Тяжелые и	Текущий

	неделя	ое		легкие фигуры	контроль, опрос, тестирование
7	7 неделя	Практическое	2	Тяжелые и легкие фигуры	Минитурнир
8	8 неделя	Комбинированн ое	2	Могучая фигура (Ферзь)	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
9	9 неделя	Комбинированн ое	2	Надежный товарищ	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
10	10 неделя	Практическое	2	Надежный товарищ	Минитурнир
11	11 неделя	Комбинированн ое	2	Прыг, скок и вбок	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
2	12 неделя	Теоретиче ское	2	Поход на три поля	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
3	13 неделя	Теоретическое	2	И король жаждет боя	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
1	14	Комбинированн	2	Шах и мат	Текущий

4	неделя	ое			контроль, зачёт, опрос, тестирование
---	--------	----	--	--	--

15	15 неделя	Практическое		Шах и мат	Минитурнир
16	16 неделя	Комбинированное		Как ладья похудела	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
17	17 неделя	Практическое		Короткая или длинная?	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
18	18 неделя	Комбинированное		Ответь, как в сказке, сам без подсказки	Шахматная викторина
19	19 неделя	Комбинированное		В гостях хорошо, а дома лучше	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
20	20 неделя	Комбинированное		Здоровые телом сильные духом!	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
21	21 неделя	Комбинированное		Шахматная эстафета	Турнир
22	22 неделя	Практическое		Шахматная эстафета	Турнир
23	23 неделя	Контрольное		Реши этюд, отгадай	Праздник

				задачу	
24	24 неделя	Теоретическое		Кто бы не начинал ничья: я уничтожаю пешку	Текущий контроль, -зачёт, опрос, тестирование
25	25 неделя	Практическое		Кто бы не начинал ничья: я уничтожаю пешку	Текущий контроль, -зачёт, опрос, тестирование
26	26 неделя	Теоретическое		Квадрат пешки	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
27	27 неделя	Теоретическое		Правило квадрата	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
28	28 неделя	Практическое		Правило квадрата	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
29	29 неделя	Теоретическое		Без поддержки короля	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
30	30 неделя	Практическое		Без поддержки короля	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование

31	31 неделя	Комбинированное		Ответь как в сказке, сам без подсказки (шахматная викторина)	Шахматная викторина
32	32 неделя	Теоретическое		И снова гости	Текущий контроль, зачёт, опрос, тестирование
33	33 неделя	Комбинированное		Шахматная эстафета	Итоговый турнир
34	34 неделя	Практическое		Шахматная эстафета	Итоговый турнир
	35 неделя				Итоговый турнир
	36 неделя	Практика		Викторина	

.2.Календарно учебный график по шахматам.

Месяц	Учебные недели	Количество учебных недель	Режим занятий
Сентябрь, октябрь	9 недель	02.09-1.11.2024	Среда 14.20-1500 Четверг 14 20-15 00

Ноябрь, декабрь	8 недель	05.12.-28.12.2024	Среда 14.20-1500 Четверг 14 20-15 00
Январь, февраль, март	11 недель	09.01-28.03.2025.	Среда 14.20-1500 Четверг 14 20-15 00
Апрель, май	8 недель	31.03-28.05.2025	Среда 14.20-1500 Четверг 14 20-15 00

3. Начальный, промежуточный и итоговый контроль освоения обучающимися образовательной программы

Диагностическая карта

2025-2026 уч.год

Коллектив: «Шахматы»

Педагог: Смолина Ю.В.

Предмет: Шахматы

группа 1 год обучения

КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

Низкий уровень:(0 баллов) У воспитанника слабо развито формирование реакции и логики поведения, развитие самодисциплины, умение самостоятельно определять цели и составлять планы, владение навыками познавательной рефлексии, знание теоретических основ шахмат, сформированность умственных и психологических качеств, позволяющих участвовать в соревнованиях различных уровней.

Средний уровень: (1 балл) У воспитанника не до конца развито формирование реакции и логики поведения, развитие самодисциплины, умение самостоятельно определять цели и составлять планы, владение навыками познавательной рефлексии, знание теоретических основ шахмат, сформированность умственных и психологических качеств, позволяющих участвовать в соревнованиях различных уровней.

Высокий уровень: (2 балла) У воспитанника хорошо развита реакция и логика поведения, развита самодисциплина, умение самостоятельно определять цели и составлять планы, владение навыками познавательной рефлексии, знание теоретических основ шахмат, сформированность умственных и психологических качеств, позволяющих участвовать в соревнованиях различных уровней.

Диагностическая карта _____

(фио обучающегося)

Критерии оценивания	Начало года Сентябрь	Промежуточная аттестация Январь	Итоговая аттестация Май
Формирование реакции и логики поведения			
Развитие самодисциплины			
Умение самостоятельно определять цели и составлять планы			
Владение навыками познавательной рефлексии			
Знание теоретических основ шахмат			
Сформирова			

<p> нность умственных и психологических качеств, позволяющих участвовать в соревнованиях различных уровней </p>			
---	--	--	--

От 0 до 4 баллов - низкий уровень,

От 5 до 8 баллов - средний уровень,

От 9 до 12 баллов - высокий уровень.

4 Дидактические шахматные сказки

1. Сухин И. Котята-хвастунишки // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1994. – Вып. 3.

2. Сухин И. Лена, Оля и Баба Яга // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Новая школа, 1995. – Вып. 5.

3. Сухин И. От сказки – к шахматам. Сухин И. Удивительные превращения

деревянного кругляка // Сухин И. Книга-выручалочка по внеклассному чтению. – М.: Издательство фирмы АСТ, 1993.

Дидактические игры, упражнения и задания «Атака неприятельской фигуры»

Белая фигура должна за один ход напасть на черную фигуру, но так, чтобы не оказаться под боем.

«Большая и маленькая»

На столе шесть разных фигур. Дети называют самую высокую фигуру и ставят ее в сторону. Задача: поставить все фигуры по высоте.

«Вертикаль»

Двое играющих по очереди заполняют одну из вертикальных линий

шахматной доски кубиками (фишками, пешками и т. п.).

«Взятие»

Из нескольких возможных взятий надо выбрать лучшее – побить незащищенную фигуру.

«Волшебный мешочек»

В непрозрачном мешочке по очереди прячутся все шахматные фигуры, каждый из учеников на ощупь пытается определить, какая фигура спрятана.

«Выиграй фигуру»

Белые должны сделать такой ход, чтобы при любом ответе черных они проиграли одну из своих фигур.

«Горизонталь»

Двое играющих по очереди заполняют одну из горизонтальных линий шахматной доски кубиками (фишками, пешками и т. п.).

«Да и нет»

Педагог берет две шахматные фигурки и спрашивает детей, стоят ли эти фигуры рядом в начальном положении.

«Дай шах»

Требуется объявить шах неприятельскому королю.

«Два хода»

Для того чтобы ученик научился создавать и реализовывать угрозы, он играет с педагогом следующим образом: на каждый ход учителя ученик отвечает двумя своими ходами.

«Двойной удар»

Белой фигурой надо напасть одновременно на две черные фигуры.

«Диагональ»

Двое играющих по очереди заполняют одну из диагональных линий шахматной доски кубиками (фишками, пешками и т. п.).

«Захват контрольного поля»

Игра фигурой против фигуры ведется не с целью уничтожения, а с целью

установить свою фигуру на определенное поле. При этом запрещается ставить фигуры на клетки, находящиеся под ударом фигуры противника.

«Защита»

Здесь нужно одной белой фигурой защитить другую, стоящую под боем.

«Защита контрольного поля". Эта игра подобна предыдущей, но при точной игре обеих сторон не имеет победителя.

«Защита от шаха»

Белый король должен защититься от шаха.

«Какой буквы не хватает?»

Карточки с буквами латинского алфавита располагаются на столе в ряд так, как они расположены на шахматной доске. Затем несколько букв из этого ряда убирается и детям предлагается найти недостающие буквы и поставить их на место.

«Кратчайший путь»

За минимальное число ходов белая фигура должна достичь определенной

клетки шахматной доски.

«Кто быстрее»

Задача королей взять все «заколдованные» фигуры.

«Кто сильнее?»

Педагог показывает детям две фигуры и спрашивает: «Какая фигура сильнее? На сколько очков?».

«Лабиринт»

Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не

становясь на "заминированные" поля и не перепрыгивая их.

«Мат в один ход»

Требуется объявить мат неприятельскому королю в один ход.

«Мат или не мат» Приводится ряд позиций, в которых ученики должны определить: дан ли мат черному королю.

«Мяч»

Педагог произносит какую-нибудь фразу о начальном положении, к примеру: "Ладья стоит в углу", и бросает мяч кому-то из учеников. Если утверждение верно, то мяч следует поймать.

«Найди адрес»

Дети получают по несколько фишек с указанием «адреса» поля: необходимо поставить фишки на соответствующие им поля шахматной доски.

«Нарисуй диаграмму»

Рисование на диаграмме линий по горизонтали, вертикали и диагонали.

«Обе армии равны»

Педагог ставит на столе от одной до пяти фигур и просит ребят расположить на своих досках другие наборы фигур так, чтобы суммы очков в армиях учителя и ученика были равны.

«Объяви шах»

Требуется объявить шах неприятельскому королю.

«Ограничение подвижности»

Это разновидность "игры на уничтожение", но с "заминированными" полями. Выигрывает тот, кто побьет все фигуры противника.

«Один в поле воин»

Белая фигура должна побить все черные фигуры, расположенные на

шахматной доске, уничтожая каждым ходом по фигуре (черные фигуры считаются заколдованными, недвижимыми) .

«Первый шах»

Игра проводится всеми фигурами из начального положения. Выигрывает тот, кто объявит первый шах.

«Перехитри часовых»

Белая фигура должна достичь определенной клетки шахматной доски, не

становясь на "заминированные" поля и на поля, находящиеся под ударом черных фигур.

«Почта»

На большом красочном конверте пишется «шахматный» адрес – например улица В, дом 2, или любой другой. Детям рассказывается о том, что почтальон принес загадочный конверт с необычным адресом и предлагается детям рассмотреть конверт и отгадать, кому же он адресован. После того, как адресат найден, конверт открывается, а там детей ожидает

сюрприз – это могут быть силуэты букв шахматного алфавита, которые раздаются детям и предлагается раскрасить их, кто как хочет. После выполнения задания дети называют каждый свою букву.

«Пять шахов»

Каждой из пяти белых фигур нужно объявить шах черному королю.

«Рокировка»

Ученики должны определить, можно ли рокировать в тех или иных случаях.

«Сделай ход»

Задача королей перейти с одной стороны поля на другую.

«Секретная фигура»

Все фигуры стоят на столе учителя в один ряд, дети по очереди называют все шахматные фигуры, кроме "секретной", которая выбирается заранее; вместо названия этой фигуры надо сказать: "Секрет".

«Сними часовых»

Белая фигура должна побить все черные фигуры, избирается такой маршрут

передвижения по шахматной доске, чтобы белая фигура ни разу не оказалась под ударом черных фигур.

«Собери ягодки»

Смысл упражнения в том, чтобы учащийся научился ходить конкретной фигурой.

«Составь доску».

Из белых и черных квадратов составить шахматную доску.

«Сундучок»

Ученики по одной вынимают из сундучка шахматные фигуры и постепенно

расставляют начальную позицию.

«Угадай»

Педагог загадывает про себя одну из фигур, дети пытаются угадать,

какая фигура загадана.

«Угадайка»

Педагог словесно описывает одну из шахматных фигур, дети должны догадаться, что это за фигура.

«Уничтожение» – важнейшая игра курса.

У ребенка формируется внутренний план действий, развивается аналитико-синтетическая функция мышления и др. Педагог играет с учениками ограниченное число фигур (чаще всего фигура против фигуры).

Выигрывает тот, кто побьет все фигуры противника.

«Что общего»

Педагог берет две шахматные фигуры и спрашивает учеников, чем они похожи друг на друга. Чем отличаются? (Цветом, формой.)

«Чудесная шкатулка»

Дети отвечают на вопросы педагога по заданной теме.

«Чьи следы»

Педагог показывает карточки-схемы и дети угадывают какой фигуре они принадлежат.

«Шах или не шах»

Приводится ряд положений, в которых ученики должны определить: стоит ли король под шахом или нет.