

# ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»  
Протокол № 01  
От 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»

\_\_\_\_\_ Кендыш И.А.  
Приказ №\_1457-р  
от 31 августа 2023 г.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

### «ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»

Срок освоения - 4 года.  
Возраст обучающихся – 6-10 лет.

Разработчик:  
Педагог дополнительного образования  
Железнов Алексей Леонидович

Санкт-Петербург  
2023

## Пояснительная записка

**Направленность** - физкультурно-спортивная.

### **Актуальность**

Дополнительная общеразвивающая программа (далее – Программа) направлена на развитие физических качеств, двигательных умений, воспитание интереса и желания выполнять физические упражнения через занятия спортом. Систематическая двигательная активность оказывает благотворное влияние на эмоциональное состояние ребенка, воспитывает стойкий иммунитет к вредным привычкам. Мышечная деятельность активизирует обменные процессы, стимулирует работу сердечно-сосудистой и дыхательной системы, усиливает защитные реакции, улучшает пищеварительные системы, повышает работоспособность. Общее развитие и воспитание детей требует особого внимания, так как именно в этом возрасте формируются физические, умственные и нравственные стороны будущей личности.

Актуальность Программы состоит в том, что содержание занятий для детей связано с анализом социальных проблем общества и учётом появившихся запросов родителей подрастающего поколения на развитие психологической и физической адаптации детей к экстремальным ситуациям, возникающим в современных социальных условиях.

Огромное количество детей в возрасте от 6 лет впервые начинают посещать спортивные секции, не имея практического опыта занятиями физической культурой и спортом. Существует большое количество детей, имеющих слабое физическое развитие, но желающих заниматься физической культурой. Данная Программа даёт возможность любому ребенку приобщиться к миру спорта через общую физическую подготовку.

Физическая культура выступает как средство воспитания юных спортсменов. Возрастание её роли обуславливает повышение требований к воспитательной работе в дополнительном образовании. При этом важным условием успешной работы с юными учащимися является единство воспитательных воздействий, направленных на формирование личности юного спортсмена - итог комплексного влияния факторов социальной системы воспитания, в том числе: семьи, дополнительного образования, педагога.

В ходе занятий у обучающихся формируется единая универсальная двигательная, физическая, психологическая, воспитательная база, которая в дальнейшем будет являться основой не только успешных занятий ребёнка различными видами спорта, но и основой его успешного личностного развития в любой деятельности.

**Отличительная особенность** заявленной Программы заключается в том, что она является модифицированной. В ней реализуются локальные воспитательные проекты «Команда в игре», «Кодекс чести» в соответствии с Рабочей программой по воспитанию Учреждения.

В Программе осуществляется специфическая установка на изучение упражнений общей физической подготовки и получение опыта участия в соревнованиях различного уровня.

Чтобы успешно выступить на соревновании, избежать неудачи, участники должны обладать высоким уровнем личностной готовности к соревнованиям и к любым публичным выступлениям. Этому способствуют формы работы, направленные на поддержку ценности командного взаимодействия.

Соревнование становится воспитательным (а не только предметным) событием для обучающихся, когда подготовка к нему, переживание и рефлексия своего участия становится предметом диалога.

Поэтому в данной Программе ярко просматривается взаимосвязь спортивной и воспитательной направленности, а воспитательная составляющая каждого образовательного события организована как поэтапный вход в традицию командного взаимодействия на соревновании.

Педагог, который изначально выступает как лидер группы, становится старшим

товарищем.

**Адресат Программы** - обучающиеся в возрасте от 6 до 10 лет.

### **Цель Программы:**

Создание условий для личностного развития обучающихся через воспитание у них готовности к достижению успеха с опорой на командное взаимодействие.

### **Задачи Программы:**

#### **Обучающие:**

- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- овладение основами техники различных единоборств;
- приобретение опыта участия в соревнованиях;
- приобретение навыков использования полученных знаний и умений для самостоятельных занятий;
- обучение использованию в своей речи спортивной терминологии;
- выполнение требований по общей и специальной физической подготовки соответствующей возрастной группы.

#### **Развивающие:**

- знакомство, освоение базовых, специальных элементов общей физической подготовки и элементов пространственно-оперативного мышления;
- развитие специальных качеств (выносливости, быстроты, ловкости, силы, координации движений);
- развитие способности к взаимодействию и взаимопониманию в малых группах, в команде со взрослыми и сверстниками;

#### **Воспитательные:**

- создание условий для формирования ценности слаженного помогающего командного взаимодействия в условиях внешних соревнований и подготовки к ним;
- создание условий для формирования рефлексивных способностей;
- создание условий для формирования эмоциональной устойчивости;
- создание условий для введения детей в этику нравственных отношений, усвоения и присвоения её детьми;
- создание условий для проживания ситуаций этического поведения в спортивном сообществе;

### **Условия реализации**

В группу 1-го года обучения принимаются дети в возрасте 6 - 7 лет при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 2-го года обучения принимаются обучающиеся, прошедшие 1-й год обучения и освоившие его при наличии медицинской справки о состоянии здоровья. Возможен прием детей 7 - 8 лет с хорошими физическими данными, которые определяются педагогом дополнительного образования с помощью контрольных упражнений при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 3-го года обучения принимаются обучающиеся, прошедшие 2-й год обучения и освоившие его при наличии медицинской справки о состоянии здоровья, а также дети 8 - 9 лет, занимавшиеся ранее одним из видов спорта и выполнившие вступительные упражнения, либо спортсмены из других секций единоборств при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 4-го года обучения принимаются обучающиеся, прошедшие 3-й год обучения и освоившие его при наличии медицинской справки о состоянии здоровья, а также дети 9 - 10 лет, занимавшиеся ранее одним из видов спорта и выполнившие вступительные упражнения, либо спортсмены из других спортивных секций при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

Обучающиеся, не выполнившие нормативные требования, могут продолжить обучение на том же этапе повторно.

Наполняемость учебной группы по годам обучения (списочный состав):

- 1 год обучения – не менее 15 человек
- 2 год обучения – не менее 12 человек
- 3 год обучения – не менее 10 человек
- 4 год обучения – не менее 10 человек.

В процессе реализации Программы предусматривается возможность:

- организации групповых, подгрупповых, индивидуальных занятий;
- включения элементов электронного и дистанционного обучения;
- использования актуальных методов и форм воспитательной работы;
- участия в метапредметных проектах Учреждения;
- организации совместных спортивных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями;
- участия в выездных соревнованиях, конкурсах, экскурсиях.

Кадровое обеспечение Программы предполагает наличие квалифицированных педагогов ДО, которые её реализуют.

Данная Программа рассчитана на 4 года.

**Для успешной реализации Программы в материально-техническом обеспечении необходимо наличие:**

- спортивного зала;
- гимнастических скамеек;
- ковриков гимнастических;
- зоны приземления для прыжков в длину;
- каната для лазанья;
- гимнастических матов;
- секундомеров;
- медицинболов (4 кг, 5 кг);
- свистков;
- теннисных мячей (150 гр)
- гантелей;
- фишек для разметки поля;
- гирь;
- навесных турников;
- компьютера;
- микрофона;
- веб-камеры.

**Планируемые результаты.**

**Предметные результаты**

- способность вести наблюдения за осанкой;
- способность выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность преодолевать трудности;
- способность отбирать физические упражнения и составлять из них индивидуальные комплексы;
- способность проявлять уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности;
- владение основами выполнения упражнений общей физической подготовки.

**Личностные результаты:**

- созданы условия для осознания важности и ценности слаженного командного взаимодействия при подготовке к соревнованиям и участию в них;

- созданы условия для формирования рефлексивных способностей;
- созданы условия для формирования эмоциональной устойчивости;
- созданы условия для расширенного опыта самопредъявления детей в команде;
- созданы условия для обсуждения, опыта проживания, присвоения базовых этических категорий;
- созданы условия для получения опыта проживания ситуаций этического поведения в спортивном сообществе;
- созданы условия для формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни.

**Метапредметные результаты:**

- освоение специальных терминов общей физической подготовки и элементов пространственно-оперативного мышления;
- развитие специальных качеств (выносливости, быстроты, ловкости, силы, координации движений);
- приобретение опыта командного взаимодействия с педагогом, в малых группах, команде со взрослыми и сверстниками;
- освоение опыта командного взаимопонимания;
- запоминание действий при выполнении упражнений; освоение умения распознавать ситуацию атаки и защиты в спортивных играх через быстроту и точность оперативного мышления;
- способность сосредотачивать и переключать внимание на учебном задании;
- способность принимать задачу, выполнять задание и проявлять настойчивость при его выполнении.

**Учебный план.  
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное	3	1	2	журнал беседа(offline или online формате
2	Определение уровня умений, спортивной подготовленности	7	2	5	входящий контроль наблюдение
3	Бег на разные дистанции.	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Акробатические упражнения	6	1	5	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Упражнение на развитие силовых способностей мышц туловища	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные

					задания
7	Соревновательный опыт № 1	8	1	7	беседа, наблюдение
8	Общеразвивающие упражнения	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
9	Упражнения на развитие активной гибкости	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Основы оздоровительной физкультуры	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
11	Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате
12	Соревновательный опыт Участие в соревнованиях № 1.1	5	-	5	соревновательн ые схватки online- соревнования, наблюдение
13	Упражнения для укрепления мышц ног и спины	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
14	Восстановительные мероприятия № 1	4	-	4	беседа, наблюдение
15	Упражнения для развития быстроты	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
16	Подвижные игры	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
17.	Соревновательный опыт № 2	8	2	6	беседа, наблюдение
18	Эстафеты	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
19	Элементы игры в волейбол	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Элементы игры в баскетбол	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания

21	Соревновательный опыт Участие в соревнованиях № 2.2	8	1	7	соревнования, наблюдение
22	Восстановительные мероприятия № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
23	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль в виде контрольных нормативов
24	Итоговое занятие	4	-	4	наблюдение
	<b>ВСЕГО:</b>	152	25	127	

### 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	1	1	-	Беседа (offline или online формате)
2	Определение уровня умений, спортивной подготовленности	5	1	4	входящий контроль наблюдение
3	Легкоатлетические эстафеты	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Общеразвивающие упражнения	6	1	5	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Общеукрепляющие упражнения	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
7	Упражнения для развития меткости, точности движений	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
8	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1	8	1	7	беседа, наблюдение
9	Упражнения на силу	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Упражнения для развития мышц ног и шеи	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные

					задания
11	Подвижные игры	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
12	Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа(offline или online формате
13	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	5	-	5	соревновательн ые схватки online- соревнования, наблюдение
14	Гимнастические упражнения	6	2	4	беседа, наблюдение, проверочные задания
15	Восстановительные мероприятия № 1	4	-	4	беседа, наблюдение
16	Элементы игры в боулинг	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
17	Элементы игры в футбол	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
18	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	8	2	6	беседа, наблюдение
19	Эстафеты	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Элементы игры в волейбол	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
21	Элементы игры в баскетбол	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
22	Соревновательный опыт	8	1	7	соревнования, наблюдение
23	Восстановительные мероприятия № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
24	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль в виде контрольных нормативов
25	Итоговое занятие	4	-	4	наблюдение



	ВСЕГО:	152	25	127	
--	--------	-----	----	-----	--

### 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	1	1	-	Беседа (offline или online формате)
2	Определение уровня умений, спортивной подготовленности (входящий контроль)	5	1	4	входящий контроль наблюдение
3	Упражнения на развитие быстроты	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Упражнения на развитие выносливости	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Упражнения на развитие ловкости	6	1	5	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Подвижные игры	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
7	Упражнения на реакцию	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
8	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1	8	1	7	беседа, наблюдение
9	Элементы игры в регби	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Элементы аэробики	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
11	Комбинированные эстафеты	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
12	Инструктаж по охране труда.	1	1	-	беседа (offline или online формате)
13	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	5	-	5	соревновательные схватки

					online-соревнования, наблюдение
14	Упражнения на развитие равновесия	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
15	Восстановительные мероприятия № 1	4	-	4	беседа, наблюдение
16	Оздоровительная физкультура	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
17	Элементы игры в бадминтон	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
18	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	8	2	6	беседа, наблюдение
19	Элементы гимнастики	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Элементы акробатики	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
21	Упражнения на расслабление	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
22	Соревновательный опыт.	8	1	7	соревнования, наблюдение
23	Восстановительные мероприятия. № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
24	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль в виде контрольных нормативов
25	Итоговое занятие	4	-	4	наблюдение
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>152</b>	<b>25</b>	<b>127</b>	

#### 4 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	1	1	-	Беседа (offline или online формате)

2	Определение уровня умений, спортивной подготовленности (входящий контроль)	5	1	4	входящий контроль наблюдение
3	Упражнения на развитие быстроты и координации	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
4	Упражнения на развитие выносливости и ловкости	4	1	3	беседа, наблюдение, проверочные задания
5	Упражнения на развитие силы	6	1	5	беседа, наблюдение, проверочные задания
6	Подвижные и спортивные игры	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
7	Упражнения на реакцию	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
8	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1	8	1	7	беседа, наблюдение
9	Элементы игры в теннис	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
10	Элементы чир спорта	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
11	Комбинированные эстафеты	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
12	Инструктаж по охране труда.	1	1	-	беседа(offline или online формате)
13	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	5	-	5	соревновательные схватки online- соревнования, наблюдение
14	Упражнения на развитие баланса	6	2	4	беседа, наблюдение, проверочные задания
15	Восстановительные мероприятия № 1	4	-	4	беседа, наблюдение

16	Оздоровительная физкультура	10	2	8	беседа, наблюдение, проверочные задания
17	Элементы игры в бадминтон	8	2	6	беседа, наблюдение, проверочные задания
18	Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	8	2	6	беседа, наблюдение
19	Гимнастические упражнения с элементами акробатики	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
20	Акробатические комбинации	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
21	Упражнения на расслабление	8	1	7	беседа, наблюдение, проверочные задания
22	Соревновательный опыт № 2.2	8	1	7	соревнования, наблюдение
23	Восстановительные мероприятия № 2	2	-	2	беседа, наблюдение
24	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль в виде контрольных нормативов
25	Итоговое занятие	4	-	4	наблюдение
	ВСЕГО:	152	25	127	

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»  
Кендыш И.А.  
Приказ №\_1457-р  
от 31 августа 2023 г.

**Календарный учебный график  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Общая физическая подготовка»  
на 2023-2024 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по Программе	Дата окончания обучения по Программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	07.06	38	76	152	2 раза в неделю по 2 академических часа
2 год	01.09	08.06	38	76	152	2 раза в неделю по 2 академических часа
3 год	01.09	07.06	38	76	152	2 раза по 2 академических часа
4 год	01.09	07.06	38	76	152	2 раза в неделю по 2 академических часа

Продолжительность академического часа 45 минут.

**Методические материалы  
1 год обучения**

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1.Организационное	Беседа(offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
2. Определение уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a> Беленицкая Е.С., Белова Н.И., Технологическая карта педагогической мастерской «Имена»	спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину;
3. Бег на разные дистанции	Беседа. Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину;
4.Акробатические упражнения	Беседа. Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические;

			Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр	гимнастические
5. Упражнение на развитие силовых способностей мышц туловища	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	Раздаточный материал
6. Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	Беседа. Практическое занятие Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры;
7. Соревновательный опыт № 1	Беседа. Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; фишки
8.Общеразвивающие упражнения	Беседа. Практическое занятие(offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в

				длину;
9. Упражнение на развитие активной гибкости	Беседа. Практическое занятие Видеонастрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину;
10. Основы оздоровительной физкультуры	Беседа. Практическое занятие Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Сценарий физкультурно-спортивного праздника Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину;
11. Инструктаж по охране труда	Беседа. (offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
12. Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	Соревнование (offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	
13. Упражнения для укрепления мышц ног и спины	Беседа. Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П. Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления



			Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	для прыжков в длину;
14. Восстановительные мероприятия № 1	Беседа. Практическое занятие Социально-психологический тренинг	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д. Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
15. Упражнения для развития быстроты	Беседа. Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П. Волков; Питер, 2002г. – 288с	Раздаточный материал
16. Подвижные игры	Беседа Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
17. Соревновательный опыт № 2	Соревнование (offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской	
18. Эстафеты	Беседа Практическое занятие Педагогическая	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

	мастерская Мотивационный тренинг		2. Алгоритм педагогической мастерской 3. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	коврики гимнастические; зона приземления
19. Элементы игры в волейбол	Беседа Практическое занятие Видеонастрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
20. Элементы игры в баскетбол	Беседа Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
21. Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2.2	Беседа Соревнование online-соревнования Футбольный баттл	Диалогово-рефлексивные	Сценарий футбольного баттла	маты, гимнастическая скамья, мячи, скакалки, гимнастические обручи компьютер; микрофон; веб-камера
22. Восстановительные мероприятия № 2	Беседа Практическое занятие Социально-	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

	психологический пост-тренинг		2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	коврики гимнастические; зона приземления
23.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие (offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину;
24.Итоговое занятие	Показательные выступления Групповой проект Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики

## 2 год обучения

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1.Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
2.Определение уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие(в offline или	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс,	спортивный зал; ролл маты; гимнастические

	online формате) Педагогическая мастерская		2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
3.Легкоатлетические эстафеты	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
4.Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
5.Общеразвивающие упражнения	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a> Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
6. Общеукрепляющие упражнения	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления

7.Упражнения для развития меткости и точности движений	Практическое занятие(в offline или online формате) Мотивационный тренинг»	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
8.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
9.Упражнения на силу	Практическое занятие Педагогическая мастерская Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
10.Упражнения для развития мышц ног и шеи	Практическое занятие Видео настрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
11.Подвижные игры	Практическое занятие(в	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования	спортивный зал; ролл маты;

	offline или online формате) Физкультурно-спортивный праздник		и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Сценарий физкультурно-спортивного праздника Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
12.Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
13.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	Соревнование(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
14. Гимнастические упражнения	Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
15.Восстановительные мероприятия № 1	Практическое занятие(в offline или online формате) Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА»	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления

			<a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	
16. Элементы игры в боулинг	Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
17. Элементы игры в футбол	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
18.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	Практическое занятие(в offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Алгоритм педагогической мастерской	спортивный зал; ролл маты;
19. Эстафеты	Практическое занятие Педагогическая мастерская Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской 3. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
20. Элементы игры в волейбол	Практическое занятие(в offline или	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс,	спортивный зал; ролл маты; гимнастические

	online формате) Видеонастрой от знаменитых спортсменов		2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	скамейки;
21. Элементы игры в баскетбол	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово- рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
22. Соревновательный опыт	Соревнование( в offline или online формате) Футбольный баттл	Диалогово- рефлексивные	Сценарий футбольного баттла	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
23. Восстановительные мероприятия № 2	Социально- психологическ ий пост- тренинг	Диалогово- рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
24.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие(в offline или online формате)	Диалогово- рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты;
25.Итоговое занятие	Показательные схватки Групповой проект	Диалогово- рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;



	Физкультурно-спортивный праздник			
--	----------------------------------	--	--	--

### 3 год обучения

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1.Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
2.Определение уровня умений, спортивной подготовленности (входящий контроль)	Практическое занятие(в offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
3.Упражнения на развитие быстроты	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
4.Упражнения на развитие выносливости	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления

5. Упражнения на развитие ловкости	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a> Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
6. Подвижные игры	Практическое занятие (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
7. Упражнения на реакцию	Практическое занятие (в offline или online формате) Мотивационный тренинг»	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга] / Г.Д. Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
8. Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1	Практическое занятие (в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
9. Элементы игры в	Практическое	Диалогово-	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и	спортивный зал;

регби	занятие Педагогическая мастерская Педагогическая мастерская	рефлексивные	уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
10. Элементы аэробики	Практическое занятие Видео настрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
11. Комбинированные эстафеты	Практическое занятие(в offline или online формате) Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Сценарий физкультурно-спортивного праздника Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
12.Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
13.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	Соревнование(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФГА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
14. Упражнения на развитие равновесия	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования	спортивный зал; ролл маты;

	Интерактивный практикум		и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	гимнастические скамейки;
15.Восстановительные мероприятия № 1	Практическое занятие(в offline или online формате) Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
16.Оздоровительная физкультура	Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
17.Элементы игры в бадминтон	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
18.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с	спортивный зал; ролл маты;

	Педагогическая мастерская		2.Алгоритм педагогической мастерской	
19.Элементы гимнастики	Практическое занятие Педагогическая мастерская Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской 3. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
20.Элементы акробатики	Практическое занятие(в offline или online формате) Видеонастрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
21. Упражнения на расслабление	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
22.Соревновательный опыт.	Соревнование( в offline или online формате) Футбольный баттл	Диалогово-рефлексивные	Сценарий футбольного баттла	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
23.Восстановительные мероприятия № 2	Социально-психологическ	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования	спортивный зал; ролл маты;

	ий пост-тренинг		и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
24.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты;
25.Итоговое занятие	Показательные схватки Групповой проект Физкультурно-спортивный праздник	Диалогово-рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

#### 4 год обучения

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1.Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
2.Определение уровня умений, спортивной подготовленности (входящий контроль)	Практическое занятие(в offline или online формате) Педагогическая	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики

	мастерская		Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	гимнастические; зона приземления
3.Упражнения на развитие быстроты и координации	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
4.Упражнения на развитие выносливости и ловкости	Практическое занятие	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
5.Упражнения на развитие силы	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a> Белова Н.И., Орлова О.В. «Технология педагогических мастерских: вхождение в ценности», Москва, РУДН, 2019г., 320 стр	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
6. Подвижные и спортивные игры	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
7.Упражнения на реакцию	Практическое занятие(в	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования	спортивный зал; ролл маты;

	offline или online формате) Мотивационный тренинг»		и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
8. Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
9. Элементы игры в теннис	Практическое занятие Педагогическая мастерская Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
10. Элементы чир. спорта	Практическое занятие Видео настрой от знаменитых спортсменов	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
11. Комбинированные эстафеты	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;



	Физкультурно-спортивный праздник		2. Сценарий физкультурно-спортивного праздника Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	коврики гимнастические; зона приземления
12.Инструктаж по охране труда	Беседа(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Инструкция по технике безопасности	компьютер; микрофон; веб-камера
13.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 1.1	Соревнование(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
14. Упражнение на развитие баланса	Практическое занятие Интерактивный практикум	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
15.Восстановительные мероприятия № 1	Практическое занятие(в offline или online формате) Социально-психологический пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
16.Оздоровительная	Практическое	Диалогово-	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и	спортивный зал;

физкультура	занятие Интерактивный практикум	рефлексивные	уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Волков И.П. Интерактивный практикум по спортивной психологии/ И.П.Волков; Питер, 2002г. – 288с	ролл маты; гимнастические скамейки;
17.Элементы игры в бадминтон	Практическое занятие Событийная встреча-знакомство	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
18.Соревновательный опыт. Участие в соревнованиях № 2	Практическое занятие(в offline или online формате) Педагогическая мастерская	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Алгоритм педагогической мастерской	спортивный зал; ролл маты;
19.Гимнастические упражнения с элементами акробатики	Практическое занятие Педагогическая мастерская Мотивационный тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Алгоритм педагогической мастерской 3. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
20. Акробатические комбинации	Практическое занятие(в offline или online формате) Видеонастрой	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

	от знаменитых спортсменов		Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	
21. Упражнения на расслабление	Практическое занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
22.Соревновательный опыт.	Соревнование( в offline или online формате) Футбольный баттл	Диалогово-рефлексивные	Сценарий футбольного баттла	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;
23.Восстановительные мероприятия № 2	Социально-психологический и пост-тренинг	Диалогово-рефлексивные	1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки юных спортсменов к соревнованиям: [книга]/ Г.Д.Бабушкин; Сиб.ГУФК, 2007 г. – 90 с Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» <a href="http://fta-russia.ru">http://fta-russia.ru</a>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления
24.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие(в offline или online формате)	Диалогово-рефлексивные	Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты;
25.Итоговое занятие	Показательные схватки Групповой проект Физкультурно-спортивный	Диалогово-рефлексивные	1.Сценарий физкультурно-спортивного праздника	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

	праздник			
--	----------	--	--	--

## Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится:

1. **Входящий контроль**
2. **Итоговый контроль**

**Входящий контроль** проводится в начале учебного года в сентябре ( в offline или online формате) и включает в себя мероприятия, направленные на определение начального уровня общей физической подготовленности обучающихся.

Цель **входящего контроля** – определить стартовый уровень умений и спортивной подготовленности учащегося при поступлении в образовательное учреждение, и на начало учебного года.

Входящий контроль проводится в форме выполнения контрольных нормативов.

**Итоговый контроль** представляет собой окончательную оценку результатов освоения программы в конце каждого года обучения.

**Итоговый контроль** проводится в конце учебного года в мае ( в offline или online формате) и включает в себя мероприятия, направленные на определение итогового уровня подготовки обучающихся.

Цель итогового контроля – выявить приобретенный уровень физической и спортивной подготовки обучающихся.

Итоговый контроль проводится в форме выполнения контрольных нормативов.

**Входящий и итоговый контроль** *необходимы* для систематического сбора информации об успешности образовательного процесса, контроле над состоянием физического развития, физической подготовленности обучающихся.

Перечень, порядок проведения контрольных испытаний, нормативные требования по общей, специальной физической и технической подготовке учитывают требования для данного биологического возраста детей и скорректированы с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Результаты **входящего и итогового контроля** отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

Результаты определения **начального уровня** умений и спортивной подготовленности (входящего контроля) заносятся в диагностические карты на начало года.

Результаты **итогового контроля** в виде выполнения контрольных нормативов заносятся в диагностические карты на конец года.

По результатам итогового контроля 1,2,3,4 года обучения определяется уровень подготовленности обучающихся («высокий уровень», «средний уровень», «низкий уровень»), который отражается в ведомостях Формы 10 .

**Оценка метапредметных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

1) в ходе выполнения учащимися контрольных заданий, одновременно с оценкой предметных результатов. В этом случае педагогом для выбранного типа контрольного задания обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка регуляторных или коммуникативных УУД) и составляется форма фиксации (например, карта наблюдения или экспертной оценки).

2) в процессе занятий по учебному плану, проводимых в специально-организованных педагогических формах (педагогических технологиях), позволяющих оценивать уровень проявленности УУД определенного типа. В этом случае педагогом определяется тема занятия из учебного плана, педагогически целесообразная форма (или технология) проведения занятия, обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД)

3) в процессе организации метапредметных проектов разного уровня:

- в ходе реализации индивидуальных, групповых проектов внутри направления ДО;
- внутриорганизационных проектов учреждения, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа;
- межорганизационных (социальных, социо-культурных и иных, в т.ч. сетевых, проектов, мероприятий, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа.

В данном случае педагогом определяется и предлагается на выбор учащимся тип и уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей), обозначается цель оценки метапредметного уровня (оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио)

**Оценка личностных результатов** осуществляется с учетом следующих общих требований оценки результатов данного уровня:

- процедура оценки и уровни интерпретации носят неперсонифицированный характер;
- результаты по данному блоку (ЛР) используются в целях оптимизации качества образовательного процесса;
- по согласованию, процедура оценивания может осуществляться с привлечением специалистов учреждения, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию и / или независимых экспертов.

**Оценка личностных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

- в процессе участия обучающихся в конкурсах, выставках различного уровня, творческих мастер-классах, выездов на тематические экскурсии, в музеи, на природу, историко-культурной и духовно-нравственной направленности личностно-ориентированной, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам становления духовно-нравственной личности.

- в процессе организации метапредметных проектов и мероприятий социальной, духовно-нравственной направленности, в т.ч. сетевых, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам возрастосообразного личностного развития.

В данном случае педагогом: определяется и предлагается учащимся на выбор тип мероприятия или уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей); обозначается цель оценки личностных результатов (оценка компонентов личностного развития, отвечающих задачам становления духовно-нравственной личности), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио), обеспечиваются процедуры конфиденциальности.

Конкретизация форм оценки метапредметных и личностных результатов осуществляется каждым педагогом согласно учебным планам по годам обучения с учетом плана работы педагога.

Интегративная персональная оценка по динамике результативности и достижений освоения учащимися образовательных программ отслеживается по результатам итоговой диагностики предметных и метапредметных результатов в течение 3 лет обучения.

Динамика личностных результатов (неперсонифицированных групповых) используется для интерпретации достижений предметного и метапредметного уровней с учетом контекстной информации в целях оптимизации качества образовательного процесса.