

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Суоярвская средняя общеобразовательная школа им. Ф.А. Шельшакова»**

Принята на заседании педагогического
совета
28 августа 2025 года
Протокол №1

Утверждаю
Директор МОУ «Суоярвская СОШ»
_____ Башкиров А.В.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Возраст учащихся: **10–17 лет**

Срок реализации: **1 год**

Автор-составитель:

Кузьмич Вероника Борисовна,
педагог-организатор

г. Суоярви
2025 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет физкультурно-спортивную направленность и реализуется через модули (приложения), разработанные для различных видов спорта и возрастных групп обучающихся. В соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», содержание программы направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании, укрепление здоровья и организацию свободного времени.

Актуальность программы

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами, определяющими требования к организации дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рабочая программа воспитания

Актуальность программы обусловлена необходимостью создания в школе системы дополнительного образования, позволяющей обучающимся разных возрастных групп выбрать направление для физического и интеллектуального развития. Занятия в системе дополнительного образования способствуют укреплению здоровья, восполнению дефицита двигательной активности подростков, воспитанию дисциплинированности, чувства коллективизма и волевых качеств.

Отличительные особенности программы, новизна

Отличительной особенностью программы является её модульная структура. Программа представляет собой основу, объединяющую несколько самостоятельных рабочих программ-приложений, каждая из которых реализуется в течение одного учебного года (34 недели):

1. **Приложение 1. Рабочая программа «Волейбол (5–7 классы)»** — программа начального этапа обучения технике и тактике волейбола.
2. **Приложение 2. Рабочая программа «Волейбол (8–11 классы)»** — программа углубленного изучения волейбола.
3. **Приложение 3. Рабочая программа «Шахматы»** — программа, направленная на развитие интеллектуальных способностей.

Новизна программы заключается в вариативном подходе к организации дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, позволяющем обучающимся осваивать различные виды спортивной деятельности в рамках единой образовательной среды учреждения. Модульный принцип построения обеспечивает преемственность содержания и возможность выбора индивидуальной образовательной траектории каждым обучающимся.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся **10–17 лет** (5–11 классы). Прием обучающихся в объединения дополнительного образования осуществляется на основе свободного выбора по заявлению родителей (законных представителей) или обучающегося, достигшего возраста 14 лет, с учетом состояния здоровья и медицинских показаний (при отсутствии противопоказаний для занятий выбранным видом спорта). Предварительный отбор не проводится.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 учебный год (34 недели) с 1 сентября по 26 мая. Общий объем часов определяется суммой часов по выбранным модулям:

- Приложение 1. Волейбол (5–7 классы) — 136 часов;
- Приложение 2. Волейбол (8–10 классы) — 136 часов;
- Приложение 3. Шахматы — 68 часов.

Расчет учебных часов произведен исходя из количества учебных недель в учебном году (34 недели) и режима занятий по каждому модулю. Каникулярное время не включается в реализацию программы.

Форма обучения

Форма обучения – очная с использованием игровых, соревновательных и тренировочных методов. В объединениях дополнительного образования допускается разновозрастной и разновозрастной состав групп. Формы организации занятий: групповая, индивидуальная, коллективная (командная).

Режим занятий

Режим занятий определяется каждой рабочей программой-приложением:

- **Волейбол (5–7 классы и 8–10 классы)** — 2 раза в неделю по 2 академических часа (всего 4 часа в неделю);
- **Шахматы** — 1 раз в неделю по 2 академических часа (всего 2 часа в неделю).

Продолжительность одного академического часа – 40 минут в соответствии с рекомендациями СанПиН. Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения. Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Создание комплекса условий для физического, интеллектуального и личностного развития обучающихся через организацию систематических занятий в различных видах спортивной деятельности, укрепление здоровья и формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- Сформировать у обучающихся систему знаний о влиянии физических упражнений на организм, правилах здорового образа жизни, технике безопасности на занятиях.
- Обучить основным техническим элементам и тактическим действиям выбранного вида спорта (волейбол, шахматы) в соответствии с возрастными нормами.

- Обеспечить освоение правил соревнований и основ судейства.

Развивающие:

- Развивать основные двигательные качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и интеллектуальные способности (логику, стратегическое мышление).
- Развивать волевые качества, умение управлять эмоциями, навыки самоконтроля и самооценки.
- Формировать коммуникативные навыки, умение взаимодействовать в команде, принимать коллективные решения.

Воспитательные:

- Воспитывать дисциплинированность, ответственность, трудолюбие и упорство в достижении целей.
- Формировать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, установку на здоровый образ жизни.
- Воспитывать чувство патриотизма, уважение к спортивным традициям и достижениям российских спортсменов.

1.3. Содержание программы

Программа реализуется через модули (приложения), перечень и краткое описание которых представлено ниже.

№ п/п	Название модуля (Приложения)	Краткая характеристика	Возраст	Часов в год	Режим занятий
1.	Приложение 1. Рабочая программа «Волейбол (5–7 классы)	Начальная подготовка: стойки, перемещения, передачи мяча сверху и снизу, нижняя подача. Основы тактики, подвижные игры с элементами волейбола.	5–7 классы (11–14 лет)	136 ч.	2 раза/неделю по 2 ч
2.	Приложение 2. Рабочая программа «Волейбол (8–10 классы)	Углублённая подготовка: верхняя подача, нападающий удар, блокирование, групповые и командные тактические действия. Участие в соревнованиях, судейская практика.	8–10 классы (14–17 лет)	136 ч.	2 раза/неделю по 2 ч
3.	Приложение 3. Рабочая программа «Шахматы»	Развитие логического мышления: правила игры, шахматные стратегии, тактические приёмы, анализ партий.	5–7 классы (10–14 лет)	68 ч.	1 раз/неделю по 2 ч

1.4. Планируемые результаты

В результате освоения программы и её модулей обучающиеся должны достичь следующих результатов:

Предметные результаты:

- Владеть правилами техники безопасности на занятиях по выбранному виду спорта.
- Знать и применять основные правила соревнований, технические и тактические приёмы игры (для спортивных игр) или шахматные стратегии.
- Уметь демонстрировать разученные технические элементы в условиях практической деятельности (игра, соревнование, выполнение нормативов).

Метапредметные результаты:

- Уметь планировать, контролировать и оценивать свою деятельность, находить и исправлять ошибки.
- Развивать навыки работы в группе/команде, распределять роли, договариваться и приходить к общему решению.
- Использовать знаково-символические средства (схемы, таблицы, шахматные диаграммы) для решения поставленных задач.

Личностные результаты:

- Сформировать устойчивую мотивацию к занятиям физической культурой и спортом, осознанное отношение к здоровью как к ценности.
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство, уважение к соперникам и партнёрам.
- Развить навыки управления своими эмоциями в ситуациях соревновательной и игровой деятельности.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Освоение дополнительных общеразвивающих программ осуществляется в течение одного учебного года с 1 сентября по 26 мая. Календарный учебный график разрабатывается для каждого модуля (приложения) в соответствии с календарным графиком МОУ «Суоярвская СОШ».

№ п/п	Содержание	Дата
1.	Начало учебного года (начало занятий)	1 сентября
2.	Количество учебных недель	34 недели
3.	Продолжительность учебного года	1 сентября – 26 мая
5.	Окончание учебного года (окончание занятий)	26 мая

2.2. Учебный план

Учебный план является документом, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, формы промежуточной аттестации обучающихся.

Программа реализуется через модули (приложения). Учебный план представлен для каждого модуля отдельно.

2.3. Оценочные материалы

Система контроля и оценки результатов освоения программы включает:

Вид контроля	Сроки	Формы контроля	Критерии
Текущий контроль	В течение учебного года	Наблюдение, опрос, выполнение контрольных упражнений, технических элементов, анализ	Соответствие выполнения технических элементов возрастным нормативам
Промежуточный контроль	Декабрь, май	Сдача нормативов по ОФП, тестирование по тактике, товарищеские игры	Оценка динамики физической подготовленности, качества освоения материала
Итоговый контроль	26 мая (конец учебного года)	Участие в итоговых соревнованиях, защита проектов (для шахмат), сдача комплексных нормативов	Достижение планируемых предметных и метапредметных результатов

Оценочные материалы для каждого модуля разрабатываются в соответствующем приложении и включают конкретные контрольные упражнения, тесты и нормативы.

2.4. Методические материалы

Реализация программы и её модулей строится на использовании современных педагогических технологий и методов.

Методы обучения:

- Словесные: беседа, объяснение, инструктаж, разбор ошибок, анализ игровых ситуаций.
- Наглядные: показ упражнений, демонстрация видеоуроков и фрагментов соревнований, использование схем и шахматных диаграмм.
- Практические: целостный метод (разучивание упражнений в целом), расчленённый метод (по частям), игровой метод, соревновательный метод, метод круговой тренировки.

Педагогические технологии:

- Здоровьесберегающие технологии — соблюдение гигиенических норм, дозирование нагрузки, контроль ЧСС, профилактика травматизма.
- Личностно-ориентированные технологии — учёт индивидуальных особенностей, уровня физической и интеллектуальной подготовленности, дифференцированный подход.
- Игровые технологии — использование подвижных и спортивных игр как средства обучения, развития и воспитания.
- Информационно-коммуникационные технологии — использование ИКТ для мониторинга результатов, просмотра учебных видео, поиска информации.

Дидактические материалы:

- Карточки с описанием упражнений и комплексов ОФП.
- Схемы тактических действий в спортивных играх.
- Памятки по правилам игр и технике безопасности.
- Шахматные диаграммы и этюды.

2.5. Материально-техническое обеспечение

Для реализации модулей программы в МОУ «Суоярвская СОШ» используются:

1. **Спортивный зал** (для модулей по волейболу), оснащённый баскетбольными щитами, волейбольной сеткой, разметкой площадки в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.
2. **Спортивный инвентарь:** волейбольные мячи, скакалки, гимнастические маты, секундомер, свисток.
3. **Помещение для занятий шахматами** (кабинет), оснащённое шахматными досками, часами, учебными пособиями.
4. **Мультимедийное оборудование** (проектор, экран, ноутбук) для теоретических занятий и просмотра видеоматериалов.
5. **Кадровое обеспечение:** Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий соответствующую квалификацию.

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Суоярвская средняя общеобразовательная школа им. Ф.А. Шельшакова»**

Принята на заседании педагогического
совета
28 августа 2025 года
Протокол №1



Утверждаю
Директор МОУ «Суоярвская СОШ»
Башкиров А.В.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Волейбол»**

Возраст учащихся: **11–14 лет** (5–7 классы)
Срок реализации: **1 год**

Автор-составитель:
Кравцов Сергей Павлович,
педагог дополнительного образования

г. Суоярви
2025 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Рабочая программа «Волейбол (5–7 классы)» имеет физкультурно-спортивную направленность и является приложением к основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности. В соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», содержание программы направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании, укрепление здоровья и организацию свободного времени.

Актуальность программы

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами, определяющими требования к организации дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рабочая программа воспитания МОУ «Суоярвская СОШ».

Актуальность программы обусловлена необходимостью создания условий для физического развития обучающихся 5–7 классов через занятия волейболом. Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса подготовки юных волейболистов, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармоничного развития юных спортсменов, воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении техническими приемами в волейболе, развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Отличительные особенности программы, новизна

Отличительной особенностью программы является направленность на начальную подготовку обучающихся 5–7 классов. Больше внимание в программе уделяется специальной физической подготовке (СФП), направленной на техническую и тактическую подготовку игры в защите, т.к. при обучении волейболистов защитным действиям главное внимание сосредоточивается на умении перемещаться, правильно выбирать место и принимать мяч в различных игровых ситуациях.

Новизна программы заключается в комплексном подходе к обучению волейболу, сочетающем общую и специальную физическую подготовку, технико-тактическое обучение, теоретическую подготовку и соревновательную практику.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся **11–14 лет** (5–7 классы). Прием обучающихся в объединения дополнительного образования осуществляется на основе свободного выбора по заявлению родителей (законных представителей) с учетом состояния здоровья и медицинских показаний (при отсутствии противопоказаний для занятий волейболом). Предварительный отбор не проводится.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 учебный год (34 недели) с 1 сентября по 26 мая. Общий объём программы составляет 136 часов. Расчёт учебных часов произведён исходя из количества учебных недель в учебном году (34 недели) и режима занятий по модулю. Каникулярное время не включается в реализацию программы.

Форма обучения

Форма обучения – очная с использованием игровых, соревновательных и тренировочных методов. Формы организации занятий: групповая, индивидуальная, коллективная (командная).

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (всего 4 часа в неделю). Продолжительность одного академического часа – 40 минут в соответствии с рекомендациями СанПиН. Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения. Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Создание условий для разносторонней физической подготовленности обучающихся 5–7 классов, их физического развития и укрепления здоровья через занятия волейболом, обучение основным техническим и тактическим приёмам игры.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Обучить технике приема и передачи мяча в волейболе.
2. Обучить технике нападающего удара в волейболе.
3. Обучить технике подачи мяча в волейболе.
4. Сформировать умение играть по упрощенным правилам волейбола.

Развивающие:

1. Повышать уровень физической подготовленности, совершенствовать технико-тактическое мастерство.
2. Укреплять опорно-двигательный аппарат обучающихся.
3. Развивать двигательные качества: быстроту, ловкость, координацию движений, выносливость.

Воспитательные:

1. Обеспечивать эмоциональное благополучие обучающихся.
2. Приобщать обучающихся к общечеловеческим ценностям (дисциплина, ответственность, трудолюбие, уважение к сопернику).
3. Развивать мотивацию личности к познанию и творчеству.
4. Формировать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, установку на здоровый образ жизни.

1.3. Содержание программы

Программа «Волейбол (5–7 классы)» включает в себя следующие разделы подготовки: теоретическую подготовку, общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку, технико-тактическую подготовку, углубленное медицинское обследование, инструкторскую и судейскую практику, а также восстановительные мероприятия.

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка направлена на формирование у обучающихся системы знаний в области физической культуры и спорта, истории и развития волейбола, анатомо-физиологических особенностей организма, гигиены, врачебного контроля, правил соревнований и основ методики обучения волейболу.

В рамках темы «Физическая культура и спорт в России» обучающиеся знакомятся с формами занятий физическими упражнениями детей школьного возраста, массовым народным характером спорта в нашей стране, почетными спортивными званиями и спортивными разрядами, установленными в России, а также с важнейшими постановлениями Правительства по вопросам развития физической культуры и спорта в стране.

В теме «Состояние и развитие волейбола» рассматриваются развитие волейбола среди школьников, соревнования по волейболу для школьников, оздоровительная и прикладная направленность волейбола, история возникновения волейбола, развитие волейбола в России, международные юношеские соревнования по волейболу, а также характеристика сильнейших команд по волейболу в нашей стране и за рубежом.

Раздел «Сведения о строении и функциях организма человека» включает общие понятия о строении организма человека, взаимодействие органов и систем, работоспособность мышц и подвижность суставов, понятие о спортивной работоспособности, функциональных возможностях человека при занятиях спортом, влияние физических упражнений на работоспособность мышц и развитие сердечно-сосудистой системы, основные требования к дозировке тренировочной нагрузки в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовленности спортсмена, понятие об утомляемости и восстановлении энергетических затрат в процессе занятий спортом.

В теме «Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль» изучаются общие санитарно-гигиенические требования к занятиям волейболом, использование естественных факторов природы в целях закаливания организма, меры общественной и личной санитарно-гигиенической профилактики, режим дня и режим питания, понятие о тренировке и «спортивной форме», значение массажа и самомассажа, виды травм и меры оказания доврачебной помощи, учет объективных и субъективных показателей спортсмена, ведение дневника самоконтроля, а также врачебный контроль и основы спортивного массажа.

Раздел «Правила соревнований, их организация и проведение» знакомит обучающихся с ролью соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов, видами соревнований, положением о соревнованиях, способами проведения соревнований (круговой, с выбыванием, смешанный), подготовкой мест для соревнований, обязанностями судей, содержанием работы главной судейской коллегии, методикой судейства и документацией при проведении соревнований.

В теме «Основы техники и тактики игры в волейбол» даются понятия о технике и тактике игры, характеристика приемов игры и тактических действий, анализ технических приемов и тактических действий в нападении и защите, единство техники и тактики игры, а также классификация техники и тактики игры в волейбол.

Раздел «Основы методики обучения волейболу» включает понятие об обучении технике и тактике игры, характеристику средств, применяемых в тренировке, классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу, обучение и тренировку как единый процесс формирования и совершенствования двигательных навыков, физических и волевых качеств, а также важность соблюдения режима.

В теме «Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса» рассматриваются наблюдение на соревнованиях, контрольные испытания, индивидуальный план тренировки, урок как основная форма организации и проведения занятий, организация учащихся.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Общая физическая подготовка направлена на всестороннее физическое развитие обучающихся и включает строевые упражнения и команды для управления группой, а также упражнения из гимнастики, легкой атлетики, акробатики, подвижные и спортивные игры.

Гимнастические упражнения подразделяются на три группы: первая — для мышц рук и плечевого пояса, вторая — для мышц туловища и шеи, третья — для мышц ног и таза. Упражнения выполняются без предметов и с предметами (набивные мячи, гимнастические палки, гантели, резиновые амортизаторы, скакалки); на гимнастических снарядах (гимнастическая стенка и скамейка, перекладина, канат); а также прыжки в высоту с прямого разбега через планку.

Акробатические упражнения включают группировки и перекаты в различных положениях, стойку на лопатках, стойку на голове и руках, кувырки вперед и назад, а также соединение нескольких акробатических упражнений в несложные комбинации.

Легкоатлетические упражнения включают бег на различные дистанции (30, 60 м, повторный бег, эстафетный бег, бег с препятствиями, кросс 500–1000 м), прыжки (в высоту, в длину с места и с разбега, тройной прыжок) и метания (малого мяча, гранаты, толкание ядра).

Спортивные и подвижные игры (баскетбол, ручной мяч, футбол, бадминтон и др.) используются для освоения основных приемов техники игры в нападении и защите, индивидуальных тактических действий и простейших взаимодействий игроков. Подвижные игры, такие как «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень», способствуют развитию быстроты, ловкости, координации и командного взаимодействия.

Специальная физическая подготовка (СФП)

Специальная физическая подготовка направлена на развитие качеств, необходимых волейболисту для успешного выполнения технических приемов.

Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий включают бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений (стойка волейболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа) по зрительному сигналу, а также перемещение приставными шагами.

Для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач, выполняются: сгибание и разгибание кистей, круговые движения кистями, сжатие и разжимание пальцев рук; упражнения у стены с опорой ладонями и пальцами; отталкивание от стены двумя руками и попеременно; передвижение на руках в упоре лежа; ловля и броски набивного мяча от груди двумя руками на дальность; многократные передачи баскетбольного мяча о стену; упражнения с гантелями для кистей рук и кистевым эспандером; сжатие теннисного мяча; многократные волейбольные передачи мячей в стену с постепенным увеличением расстояния; многократные передачи волейбольного мяча на дальность.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач, включают круговые движения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой, многократные упражнения с волейбольным мячом, совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах в опорном положении и в прыжке, подачи мяча слабой рукой.

Для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов, выполняются: броски набивного мяча из-за головы двумя руками стоя на месте и в прыжке;

броски набивного мяча в прыжке через сетку; имитация прямого нападающего удара; метание теннисного мяча в цель с места, с разбега, в прыжке; совершенствование ударного движения нападающих ударов по мячу на резиновых амортизаторах; удары правой и левой рукой с максимальной силой.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании, включают прыжковые упражнения в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного мяча с места, после перемещения, после поворотов, после прыжка в глубину.

Технико-тактическая подготовка

Технико-тактическая подготовка включает технику нападения и технику защиты, а также тактические действия в нападении и защите.

Техника нападения включает перемещения (чередование способов перемещения на максимальной скорости, сочетание способов перемещения с изученными техническими приемами нападения) и передачи мяча сверху двумя руками на точность с варьированием высоты и расстояния, из различных зон площадки, с поворотами, с набрасывания партнера, с последующим падением и перекатом на спину.

Техника защиты включает прием мяча сверху и снизу двумя руками, прием различных видов подач и нападающих ударов, прием одной рукой с падением и перекатом, чередование способов приема мяча в зависимости от направления и скорости полета мяча.

Тактика нападения включает индивидуальные действия (выбор места, чередование способов подач, выбор способа отбивания мяча через сетку, вторая передача нападающему, имитация второй передачи и «обман» в прыжке, чередование способов нападающего удара), групповые действия (взаимодействие игроков передней линии при второй передаче, взаимодействие игроков передней и задней линий при первой передаче) и командные действия (система игры через игрока передней линии, прием подач и первая передача в зону нападения).

Тактика защиты включает индивидуальные действия (выбор места при приеме подач и нападающих ударов, при страховке партнера, выбор способа приема, зонное блокирование), групповые действия (взаимодействие игроков задней линии между собой при приеме трудных мячей, взаимодействие игроков передней линии) и командные действия (расположение игроков при приеме подач, системы игры, расположение игроков при приеме мяча от соперника «углом вперед», переключение от защитных действий к нападающим).

Углубленное медицинское обследование

Контроль за состоянием здоровья спортсмена осуществляется врачом. Углубленное медицинское обследование спортсмены проходят 1 раз в год. Углубленное медицинское обследование включает: анамнез; врачебное освидетельствование для определения уровня физического развития и биологического созревания; электрокардиографическое исследование; клинический анализ крови и мочи; обследование у врачей-специалистов (хирурга, невропатолога, окулиста, оториноларинголога, дерматолога, стоматолога). В случае необходимости, по медицинским показаниям, организуется дополнительная консультация у других специалистов.

Инструкторская и судейская практика

Работа по освоению инструкторских и судейских навыков проводится в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельной работы учащихся. Учащиеся готовятся к роли инструктора, помощника тренера для участия в организации и проведении занятий, массовых соревнований в качестве судей. Они ведут наблюдения за учащимися, выполняющими технические приемы в двусторонней игре и на соревнованиях, составляют комплексы упражнений по специальной физической подготовке, обучению техническим

приемам и тактическим действиям, судят учебные игры, выполняют обязанности второго судьи и ведут технический отчет.

Восстановительные мероприятия

Восстановление спортивной работоспособности и нормального функционирования организма после тренировочных и соревновательных нагрузок является неотъемлемой составной частью системы подготовки юных спортсменов. Выбор средств восстановления определяется возрастом, квалификацией, индивидуальными особенностями спортсменов, этапом подготовки, задачами тренировочного процесса, характером и особенностями построения тренировочных нагрузок. Основной путь оптимизации восстановительных процессов — рациональная тренировка и режим юных спортсменов, предусматривающие интервалы отдыха, достаточные для естественного протекания восстановительных процессов, полноценное питание. Из дополнительных средств восстановления применяются водные процедуры гигиенического и закаливающего характера, фармакологические средства восстановления и витамины с учетом сезонных изменений.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- Знать технику приема и передачи мяча в волейболе.
- Знать технику нападающего удара в волейболе.
- Знать технику подачи мяча в волейболе.
- Уметь играть по упрощенным правилам волейбола.
- Владеть правилами техники безопасности на занятиях по волейболу.

Метапредметные результаты:

- Уметь планировать, контролировать и оценивать свою деятельность на занятиях.
- Развивать навыки работы в команде, распределять роли, договариваться и приходить к общему решению в игровых ситуациях.
- Использовать схемы тактических действий для решения поставленных задач.

Личностные результаты:

- Сформировать устойчивую мотивацию к занятиям волейболом и физической культурой в целом, осознанное отношение к здоровью как к ценности.
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство, уважение к соперникам и партнерам.
- Развить навыки управления своими эмоциями в ситуациях соревновательной и игровой деятельности.
- Сформировать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, установку на здоровый образ жизни.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является документом, который определяет продолжительность учебного года, количество учебных недель, сроки проведения занятий и даты начала и окончания реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Освоение программы осуществляется в течение одного учебного года с 1 сентября по 26 мая. Календарный учебный график разработан в соответствии с календарным графиком МОУ «Суоярвская СОШ».

№ п/п	Содержание	Дата
1.	Начало учебного года (начало занятий)	1 сентября
2.	Количество учебных недель	34 недели
3.	Продолжительность учебного года	1 сентября – 26 мая
4.	Каникулярное время	В период реализации программы каникулы не предусмотрены (занятия проводятся в соответствии с расписанием)
5.	Комплектование учебных групп	Сентябрь
6.	Окончание учебного года (окончание занятий)	26 мая

Режим занятий:

- 2 раза в неделю по 2 академических часа (всего 4 часа в неделю).
- Продолжительность одного академического часа – 40 минут.
- Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения.
- Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

Общий объём часов:

- 34 недели × 4 часа = **136 часов.**

2.2. Учебный план

Учебный план является документом, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности.

Учебный план по программе «Волейбол (5–7 классы)»

№ п/п	Виды подготовки	Всего часов
1.	Общая физическая подготовка (ОФП)	39
2.	Специальная физическая подготовка (СФП)	39
3.	Техническая, тактическая подготовка	31
4.	Теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия	15
5.	Контрольные испытания	6
6.	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	6
	**Общее количество часов в год	136

2.3. Оценочные материалы

Система контроля и оценки результатов освоения программы включает:

Вид контроля	Сроки	Формы контроля	Критерии
Текущий контроль	В течение учебного года	Наблюдение, опрос, выполнение контрольных упражнений, анализ технических элементов	Соответствие выполнения технических элементов возрастным нормативам
Промежуточный контроль	Декабрь, май	Сдача нормативов по ОФП, тестирование по тактике, товарищеские игры	Оценка динамики физической подготовленности, качества освоения материала
Итоговый контроль	26 мая (конец учебного года)	Участие в итоговых соревнованиях, сдача комплексных нормативов	Достижение планируемых предметных и метапредметных результатов

Контрольные нормативы:

Физическое качество	Контрольное упражнение	Оценка (уровень)
Быстрота	Бег 30 м (сек)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)
Координация	Челночный бег 3×10 м (сек)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)
Силовая выносливость	Сгибание/разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)

Технические нормативы:

- Передача мяча сверху двумя руками (количество раз без потери мяча).
- Передача мяча снизу двумя руками (количество раз без потери мяча).
- Нижняя прямая подача (точность попадания в зоны).
- Прием мяча снизу после подачи.

2.4. Методические материалы

Реализация программы строится на использовании современных педагогических технологий и методов.

Методы обучения:

- *Словесные:* беседа, объяснение, инструктаж, разбор ошибок, анализ игровых ситуаций.
- *Наглядные:* показ упражнений, демонстрация видеоуроков и фрагментов соревнований, использование схем.
- *Практические:* целостный метод (разучивание упражнений в целом), расчленённый метод (по частям), игровой метод, соревновательный метод, метод круговой тренировки.

Педагогические технологии:

- **Здоровьесберегающие технологии** — соблюдение гигиенических норм, дозирование нагрузки, контроль ЧСС, профилактика травматизма.
- **Личностно-ориентированные технологии** — учёт индивидуальных особенностей, уровня физической подготовленности, дифференцированный подход.
- **Игровые технологии** — использование подвижных и спортивных игр как средства обучения, развития и воспитания.
- **Информационно-коммуникационные технологии** — использование ИКТ для мониторинга результатов, просмотра учебных видео.

Дидактические материалы:

- Карточки с описанием упражнений и комплексов ОФП.
- Схемы тактических действий в волейболе.

- Памятки по правилам игры и технике безопасности.

2.5. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы в МОУ «Суоярвская СОШ» используются:

№ п/п	Материально-техническая база	Наличие
1.	Игровой зал	МОУ «Суоярвская СОШ»
2.	Спортивная экипировка	Волейбольная форма
3.	Спортивный инвентарь	Мячи волейбольные (20 шт.)
4.	Оборудование	Фишки, скакалки, мячи, обручи

Дополнительно:

- Секундомер, свисток.
- Гимнастические маты.
- Мультимедийное оборудование для теоретических занятий.

Кадровое обеспечение: Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования или учитель физической культуры, имеющий соответствующую квалификацию.

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Суоярвская средняя общеобразовательная школа им. Ф.А. Шельшакова»

Принята на заседании педагогического
совета
28 августа 2025 года
Протокол №1

Утверждаю
Директор МОУ «Суоярвская СОШ»
Башкиров А.В.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Волейбол»**

Возраст учащихся: **14–17 лет** (8–11 классы)
Срок реализации: **1 год**

Автор-составитель:
Кравцов Сергей Павлович,
педагог дополнительного образования

г. Суоярви
2025 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Рабочая программа «Волейбол (8–11 классы)» имеет физкультурно-спортивную направленность и является приложением к основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности. В соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», содержание программы направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании, укрепление здоровья и организацию свободного времени.

Актуальность программы

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами, определяющими требования к организации дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минспорта России от 30.08.2013 № 680 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта волейбол»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рабочая программа воспитания МОУ «Суоярвская СОШ»;

Актуальность программы обусловлена необходимостью создания условий для углубленной физической и технико-тактической подготовки обучающихся 8–11 классов через занятия волейболом. Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса подготовки юных волейболистов, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармоничного развития юных спортсменов, воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении техническими приемами в волейболе, развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Отличительные особенности программы, новизна.

Отличительной особенностью программы является направленность на углубленную подготовку обучающихся 8–11 классов. Больше внимание в программе уделяется специальной физической подготовке (СФП), направленной на техническую и тактическую подготовку игры в защите, так как при обучении волейболистов защитным действиям главное внимание сосредоточивается на умении перемещаться, правильно выбирать место и принимать мяч в различных игровых ситуациях. Программа также включает в себя инструкторскую и судейскую практику, что позволяет обучающимся освоить навыки организации и проведения соревнований.

Новизна программы заключается в комплексном подходе к углубленному обучению волейболу, сочетающем общую и специальную физическую подготовку, совершенствование технико-тактического мастерства, теоретическую подготовку, соревновательную практику, а также инструкторскую и судейскую деятельность.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся 15–17 лет (8–11 классы). Прием обучающихся в объединения дополнительного образования осуществляется на основе свободного выбора по заявлению родителей (законных представителей) или обучающегося, достигшего возраста 14 лет, с учетом состояния здоровья и медицинских показаний (при отсутствии противопоказаний для занятий волейболом).

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 учебный год (34 недели) с 1 сентября по 26 мая. Общий объем программы составляет 136 часов. Расчёт учебных часов произведён исходя из количества учебных недель в учебном году (34 недели) и режима занятий по модулю. Каникулярное время не включается в реализацию программы.

Форма обучения

Форма обучения – очная с использованием игровых, соревновательных и тренировочных методов. Формы организации занятий: групповая, индивидуальная, коллективная (командная).

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (всего 4 часа в неделю). Продолжительность одного академического часа – 40 минут в соответствии с рекомендациями СанПиН. Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения. Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Подготовка юношей и девушек к достижениям игры в волейбол, создание условий для углубленного физического и технико-тактического развития обучающихся 8–11 классов, укрепление здоровья и формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- Развивать специальные физические способности, необходимые при совершенствовании техники и тактики игры.
- Обеспечить прочное овладение основами техники и тактики волейбола.
- Приучить обучающихся к соревновательным условиям.
- Определить каждому занимающемуся игровую функцию в команде и с учетом этого индивидуализировать виды подготовки.
- Обучить навыкам ведения дневника, системам записи игр и анализу полученных данных.
- Познакомить с инструкторской и судейской подготовкой по волейболу.

Развивающие:

- Содействовать гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся.
- Обеспечивать разностороннюю подготовленность обучающихся, их физическое развитие и укрепление здоровья.
- Повышать уровень физической подготовленности, совершенствовать технико-тактическое мастерство.
- Укреплять опорно-двигательный аппарат обучающихся.

Воспитательные:

- Подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов.
- Воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.
- Обеспечивать эмоциональное благополучие обучающихся.
- Приобщать обучающихся к общечеловеческим ценностям (дисциплина, ответственность, трудолюбие, уважение к сопернику).
- Развивать мотивацию личности к познанию и творчеству.
- Формировать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, установку на здоровый образ жизни.

1.3. Содержание программы

Программа «Волейбол (8–11 классы)» включает в себя следующие разделы подготовки: теоретическую подготовку, общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку, технико-тактическую подготовку, углубленное медицинское обследование, инструкторскую и судейскую практику, а также восстановительные мероприятия.

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка направлена на формирование у обучающихся системы знаний в области физической культуры и спорта, истории и развития волейбола, анатомо-физиологических особенностей организма, гигиены, врачебного контроля, правил соревнований и основ методики обучения волейболу.

В рамках темы «Физическая культура и спорт в России» обучающиеся знакомятся с формами занятий физическими упражнениями детей школьного возраста, массовым народным характером спорта в нашей стране, почетными спортивными званиями и спортивными разрядами, установленными в России, а также с важнейшими постановлениями Правительства по вопросам развития физической культуры и спорта в стране и роста достижений российских спортсменов в борьбе за завоевание передовых позиций в мировом спорте.

В теме «Состояние и развитие волейбола» рассматриваются развитие волейбола среди школьников, соревнования по волейболу для школьников, оздоровительная и прикладная направленность волейбола, история возникновения волейбола, развитие волейбола в России, международные юношеские соревнования по волейболу, характеристика сильнейших команд по волейболу в нашей стране и за рубежом, а также международные соревнования по волейболу.

Раздел «Сведения о строении и функциях организма человека» включает общие понятия о строении организма человека, взаимодействие органов и систем, работоспособность мышц и подвижность суставов, понятие о спортивной работоспособности, функциональных возможностях человека при занятиях спортом, влияние физических упражнений на работоспособность мышц и развитие сердечно-сосудистой системы, основные требования к дозировке тренировочной нагрузки в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовленности спортсмена, понятие об утомляемости и восстановлении энергетических затрат в процессе занятий спортом.

В теме «Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль» изучаются общие санитарно-гигиенические требования к занятиям волейболом, использование естественных факторов природы в целях закаливания организма, меры общественной и личной санитарно-гигиенической профилактики, режим дня и режим питания, понятие о тренировке и «спортивной форме», значение массажа и самомассажа, виды травм (ушибы, растяжения, разрывы мышц, связок и сухожилий), виды кровотечений и меры их остановки, учет объективных и субъективных показателей спортсмена (вес, динамометрия, спирометрия, пульс, сон, аппетит, работоспособность, общее состояние и самочувствие), ведение

дневника самоконтроля, действие высокой температуры, ознобление, обморожение, доврачебная помощь пострадавшим, способы остановки кровотечений, перевязки, массаж как средство восстановления, понятие о методике его применения, врачебный контроль и самоконтроль врача и спортсмена, основы спортивного массажа.

Раздел «Правила соревнований, их организация и проведение» знакомит обучающихся с ролью соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов, видами соревнований, положением о соревнованиях, способами проведения соревнований (круговой, с выбыванием, смешанный), подготовкой мест для соревнований, обязанностями судей, содержанием работы главной судейской коллегии, методикой судейства и документацией при проведении соревнований.

В теме «Основы техники и тактики игры в волейбол» даются понятия о технике и тактике игры, характеристика приемов игры и тактических действий, анализ технических приемов и тактических действий в нападении и защите (на основе программы для данного года), единство техники и тактики игры, а также классификация техники и тактики игры в волейбол.

Раздел «Основы методики обучения волейболу» включает понятие об обучении технике и тактике игры, характеристику средств, применяемых в тренировке, классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по волейболу, обучение и тренировку как единый процесс формирования и совершенствования двигательных навыков, физических и волевых качеств, а также важность соблюдения режима.

В теме «Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса» рассматриваются наблюдения на соревнованиях, контрольные испытания, индивидуальный план тренировки, урок как основная форма организации и проведения занятий, организация учащихся.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Общая физическая подготовка направлена на всестороннее физическое развитие обучающихся и включает строевые упражнения и команды для управления группой, а также упражнения из гимнастики, легкой атлетики, акробатики, подвижные и спортивные игры.

Гимнастические упражнения подразделяются на три группы: первая — для мышц рук и плечевого пояса, вторая — для мышц туловища и шеи, третья — для мышц ног и таза. Упражнения выполняются без предметов и с предметами (набивные мячи, гимнастические палки, гантели, резиновые амортизаторы, скакалки); на гимнастических снарядах (гимнастическая стенка и скамейка, перекладина, канат); а также прыжки в высоту с прямого разбега через планку.

Акробатические упражнения включают группировки и перекаты в различных положениях, стойку на лопатках, стойку на голове и руках, кувырки вперед и назад, а также соединение нескольких акробатических упражнений в несложные комбинации.

Легкоатлетические упражнения включают бег на различные дистанции (30, 60 м, повторный бег по 20–30 м и 40 м, по 50–60 м, бег с низкого старта 60 м и 100 м, эстафетный бег с этапами до 50–60 м, бег с препятствиями, кросс 500–1000 м), прыжки (в высоту с разбега, в длину с места и с разбега, тройной прыжок с места) и метания (малого мяча, гранаты весом 250–700 г с места и с разбега, толкание ядра).

Спортивные и подвижные игры (баскетбол, ручной мяч, футбол, бадминтон и др.) используются для освоения основных приемов техники игры в нападении и защите, индивидуальных тактических действий и простейших взаимодействий игроков. Подвижные игры, такие как «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой»,

«Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень», способствуют развитию быстроты, ловкости, координации и командного взаимодействия.

Специальная физическая подготовка (СФП)

Специальная физическая подготовка направлена на развитие качеств, необходимых волейболисту для успешного выполнения технических приемов.

Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий включают бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений (стойка волейболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа лицом вверх и вниз в различных положениях) по зрительному сигналу, а также перемещение приставными шагами.

Для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передач, выполняются: сгибание и разгибание кистей, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук; упражнения у стены с опорой ладонями и пальцами; отталкивание от стены двумя руками и попеременно; передвижение на руках в упоре лежа; тыльное сгибание кистей (к себе) и разгибание, держа набивной мяч двумя руками у лица; ловля и броски набивного мяча от груди двумя руками на дальность; многократные передачи баскетбольного мяча о стену; упражнения с гантелями для кистей рук и кистевым эспандером; сжимание теннисного мяча; многократные волейбольные передачи мячей в стену с постепенным увеличением расстояния; многократные передачи волейбольного мяча на дальность.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач, включают круговые движения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой, многократные упражнения с волейбольным мячом, совершенствование ударного движения подачи по мячу на резиновых амортизаторах в опорном положении и в прыжке с места, с разбега, подачи мяча слабой рукой.

Для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов, выполняются: броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке; броски набивного мяча (1 кг) в прыжке из-за головы двумя руками через сетку; имитация прямого нападающего удара; метание теннисного мяча (правой и левой рукой) в цель на стене или на полу с места, с разбега, после поворота, в прыжке; то же через сетку; соревнование на точность метания малых мячей; совершенствование ударного движения нападающих ударов по мячу на резиновых амортизаторах; удары правой и левой рукой с максимальной силой; в парах с набивным мячом в руках (1 кг) прыжок вверх, замах из-за головы двумя руками и в ответ на сигнал бросок с сильным заключительным движением кистей вниз вперед или вверх вперед; то же, но бросок через сетку; то же, но бросок вниз двумя руками, вверх — одной; в ответ на сигнал бросок набивного мяча двумя руками по ходу или с переводом (вправо, влево).

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании, включают прыжковые упражнения в сочетании с подниманием рук вверх с касанием подвешенного мяча с места, после перемещения, после поворотов, после поворотов и перемещений, после прыжка в глубину.

Технико-тактическая подготовка

Технико-тактическая подготовка включает технику нападения и технику защиты, а также тактические действия в нападении и защите.

Техника нападения включает перемещения (чередование способов перемещения на максимальной скорости, сочетание способов перемещения с изученными техническими приемами нападения) и передачи мяча сверху двумя руками на точность с варьированием высоты и расстояния, из различных зон площадки, с поворотами, с набрасывания партнера, с последующим падением и перекатом на спину.

Техника защиты включает прием мяча сверху и снизу двумя руками, прием различных видов подач и нападающих ударов, прием одной рукой с падением и перекатом, чередование способов приема мяча в зависимости от направления и скорости полета мяча.

Тактика нападения включает индивидуальные действия (выбор места, чередование способов подач, подачи верхние на игроков, слабо владеющих навыками приема мяча, выбор способа отбивания мяча через сетку, вторая передача нападающему, имитация второй передачи и «обман» в прыжке, имитация прямого нападающего удара и передача в прыжке двумя руками через сетку, чередование способов нападающего удара — прямой, перевод сильнейшей, прямой слабейшей рукой), групповые действия (взаимодействие игроков передней линии при второй передаче, взаимодействие игроков передней и задней линий при первой передаче) и командные действия (система игры через игрока передней линии, прием подач и первая передача в зону нападения).

Тактика защиты включает индивидуальные действия (выбор места при приеме подач и нападающих ударов, при страховке партнера, выбор способа приема, зонное блокирование), групповые действия (взаимодействие игроков задней линии между собой при приеме трудных мячей, взаимодействие игроков передней линии) и командные действия (расположение игроков при приеме подач, системы игры, расположение игроков при приеме мяча от соперника «углом вперед», переключение от защитных действий к нападающим).

Углубленное медицинское обследование

Контроль за состоянием здоровья спортсмена осуществляется врачом. Углубленное медицинское обследование спортсмены проходят 1 раз в год. Углубленное медицинское обследование включает: анамнез; врачебное освидетельствование для определения уровня физического развития и биологического созревания; электрокардиографическое исследование; клинический анализ крови и мочи; обследование у врачей-специалистов (хирурга, невропатолога, окулиста, оториноларинголога, дерматолога, стоматолога, гинеколога). В случае необходимости, по медицинским показаниям, организуется дополнительная консультация у других специалистов.

Инструкторская и судейская практика

Работа по освоению инструкторских и судейских навыков проводится в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельной работы учащихся. Учащиеся готовятся к роли инструктора, помощника тренера для участия в организации и проведении занятий, массовых соревнований в качестве судей. Они ведут наблюдения за учащимися, выполняющими технические приемы в двусторонней игре и на соревнованиях, составляют комплексы упражнений по специальной физической подготовке, обучению техническим приемам и тактическим действиям (на основе изученного программного материала данного года обучения), судят учебные игры, выполняют обязанности второго судьи и ведут технический отчет.

Восстановительные мероприятия

Восстановление спортивной работоспособности и нормального функционирования организма после тренировочных и соревновательных нагрузок является неотъемлемой составной частью системы подготовки юных спортсменов. Выбор средств восстановления определяется возрастом, квалификацией, индивидуальными особенностями спортсменов, этапом подготовки, задачами тренировочного процесса, характером и особенностями построения тренировочных нагрузок. Основным путем оптимизации восстановительных процессов — рациональная тренировка и режим юных спортсменов, предусматривающие интервалы отдыха, достаточные для естественного протекания восстановительных процессов, полноценное питание. Из дополнительных средств восстановления

применяются водные процедуры гигиенического и закаливающего характера, фармакологические средства восстановления и витамины с учетом сезонных изменений.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- Знать технику приема и передачи мяча в волейболе.
- Знать технику нападающего удара в волейболе.
- Знать технику подачи мяча в волейболе.
- Уметь играть по правилам волейбола.
- Владеть правилами техники безопасности на занятиях по волейболу.
- Владеть основами инструкторской и судейской практики по волейболу.

Метапредметные результаты:

- Уметь планировать, контролировать и оценивать свою деятельность на занятиях.
- Развивать навыки работы в команде, распределять роли, договариваться и приходить к общему решению в игровых ситуациях.
- Использовать схемы тактических действий для решения поставленных задач.
- Уметь вести дневник самоконтроля, систематизировать и анализировать данные.

Личностные результаты:

- Сформировать устойчивую мотивацию к занятиям волейболом и физической культурой в целом, осознанное отношение к здоровью как к ценности.
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство, уважение к соперникам и партнёрам.
- Развить навыки управления своими эмоциями в ситуациях соревновательной и игровой деятельности.
- Сформировать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, установку на здоровый образ жизни.
- Сформировать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является документом, который определяет продолжительность учебного года, количество учебных недель, сроки проведения занятий и даты начала и окончания реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Освоение программы осуществляется в течение одного учебного года с 1 сентября по 26 мая. Календарный учебный график разработан в соответствии с календарным графиком МОУ «Суоярвская СОШ».

№ п/п	Содержание	Дата
1.	Начало учебного года (начало занятий)	1 сентября
2.	Количество учебных недель	34 недели
3.	Продолжительность учебного года	1 сентября – 26 мая
4.	Каникулярное время	В период реализации программы каникулы не предусмотрены (занятия проводятся в соответствии с расписанием)
5.	Комплектование учебных групп	Сентябрь
6.	Окончание учебного года (окончание занятий)	26 мая

Режим занятий:

- 2 раза в неделю по 2 академических часа (всего 4 часа в неделю).
- Продолжительность одного академического часа – 40 минут.
- Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения.
- Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

Общий объём часов:

- 34 недели × 4 часа = **136 часов.**

2.2. Учебный план

Учебный план является документом, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности.

Учебный план по программе «Волейбол (8–11 классы)»

№ п/п	Виды подготовки	Всего часов
1.	Общая физическая подготовка (ОФП)	30

№ п/п	Виды подготовки	Всего часов
2.	Специальная физическая подготовка (СФП)	30
3.	Техническая, тактическая подготовка	30
4.	Теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия	20
5.	Контрольные испытания	18
6.	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	8
	Общее количество часов в год	136

2.3. Оценочные материалы

Система контроля и оценки результатов освоения программы включает:

Вид контроля	Сроки	Формы контроля	Критерии
Текущий контроль	В течение учебного года	Наблюдение, опрос, выполнение контрольных упражнений, анализ технических элементов	Соответствие выполнения технических элементов возрастным нормативам
Промежуточный контроль	Декабрь, май	Сдача нормативов по ОФП, тестирование по тактике, товарищеские игры	Оценка динамики физической подготовленности, качества освоения материала
Итоговый контроль	26 мая (конец учебного года)	Участие в итоговых соревнованиях, сдача комплексных нормативов	Достижение планируемых предметных и метапредметных результатов

Контрольные нормативы:

Физическое качество	Контрольное упражнение	Оценка (уровень)
Быстрота	Бег 30 м (сек)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)
Координация	Челночный бег 3×10 м (сек)	Высокий, средний, низкий

		(в соответствии с возрастными нормативами)
Силовая выносливость	Сгибание/разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	Высокий, средний, низкий (в соответствии с возрастными нормативами)

Технические нормативы:

- Передача мяча сверху двумя руками (количество раз без потери мяча).
- Передача мяча снизу двумя руками (количество раз без потери мяча).
- Верхняя прямая подача (точность попадания в зоны).
- Нападающий удар (техника выполнения).
- Прием мяча снизу после подачи.

2.4. Методические материалы

Реализация программы строится на использовании современных педагогических технологий и методов.

Методы обучения:

- *Словесные*: беседа, объяснение, инструктаж, разбор ошибок, анализ игровых ситуаций.
- *Наглядные*: показ упражнений, демонстрация видеоуроков и фрагментов соревнований, использование схем.
- *Практические*: целостный метод (разучивание упражнений в целом), расчленённый метод (по частям), игровой метод, соревновательный метод, метод круговой тренировки.

Педагогические технологии:

- **Здоровьесберегающие технологии** — соблюдение гигиенических норм, дозирование нагрузки, контроль ЧСС, профилактика травматизма.
- **Личностно-ориентированные технологии** — учёт индивидуальных особенностей, уровня физической подготовленности, дифференцированный подход.
- **Игровые технологии** — использование подвижных и спортивных игр как средства обучения, развития и воспитания.
- **Информационно-коммуникационные технологии** — использование ИКТ для мониторинга результатов, просмотра учебных видео.

Дидактические материалы:

- Карточки с описанием упражнений и комплексов ОФП.
- Схемы тактических действий в волейболе.
- Памятки по правилам игры и технике безопасности.
- Дневники самоконтроля.

2.5. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы в МОУ «Суоярвская СОШ» используются:

№ п/п	Материально-техническая база	Наличие
1.	Игровой зал	МОУ «Суоярвская СОШ»
2.	Спортивная экипировка	Волейбольная форма
3.	Спортивный инвентарь	Мячи волейбольные (20 шт.)
4.	Оборудование	Фишки, скакалки, мячи, обручи

Дополнительно:

- Секундомер, свисток.
- Гимнастические маты.
- Мультимедийное оборудование для теоретических занятий.

Кадровое обеспечение: Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования или учитель физической культуры, имеющий соответствующую квалификацию.

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Суоярвская средняя общеобразовательная школа им. Ф.А. Шельшакова»

Принята на заседании педагогического
совета
28 августа 2025 года
Протокол №1

Утверждаю
Директор МОУ «Суоярвская СОШ»
Башкиров А.В.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Шахматы»**

Возраст учащихся: **11–13 лет** (5–7 классы)
Срок реализации: **1 год**

Автор-составитель:
Кравцов Сергей Павлович,
педагог дополнительного образования

г. Суоярви
2025 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Рабочая программа «Шахматы» имеет физкультурно-спортивную направленность и является приложением к основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности. В соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», содержание программы направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и физическом совершенствовании, укреплении здоровья и организацию свободного времени.

Актуальность программы

Программа разработана в соответствии с нормативными правовыми документами, определяющими требования к организации дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рабочая программа воспитания МОУ «Суоярвская СОШ».

Актуальность программы обусловлена необходимостью создания условий для интеллектуального развития обучающихся через занятия шахматами. Шахматы по своей природе являются игрой, которая развивает наглядно-образное мышление, способствует зарождению логического мышления, воспитывает усидчивость, вдумчивость, целеустремленность. Ребенок, обучающийся этой игре, становится собранным, самокритичнее, привыкает самостоятельно думать, принимать решения, бороться до конца, не унывать при неудачах. Шахматные игры развивают комплекс наиважнейших качеств и являются одним из лучших и увлекательных видов досуга.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на организацию содержательного досуга учащихся, удовлетворение их потребностей в активных формах познавательной деятельности и обусловлена многими причинами: рост нервно-эмоциональных перегрузок, увеличение педагогически запущенных детей. В данной программе нет установки сделать из ребенка гроссмейстера. И если ребенок не достигает выдающихся спортивных результатов в шахматах, то это не рассматривается как жизненная неудача.

Отличительные особенности программы, новизна

Отличительной особенностью программы является её направленность на развитие интеллектуальных способностей обучающихся через шахматную игру в ее спортивной форме. Спорт вырабатывает в человеке ряд необходимых и требуемых в обществе качеств: целеустремленность, волю, выносливость, терпение, способность к концентрации внимания, смелость, расчет, умение быстро и правильно принимать решения в меняющейся обстановке. Шахматы, сочетающие в себе также элементы науки и искусства, могут вырабатывать у учащихся эти черты более эффективно, чем другие виды спорта. Формирование этих качеств нуждается в мотивации, а в шахматах любое поражение и извлеченные из него уроки способны создать у ребенка сильнейшую мотивацию к выработке у себя определенных свойств характера.

Новизна программы заключается в комплексном подходе к обучению шахматам, сочетающем теоретическую подготовку, практическую игру, решение шахматных задач и этюдов, а также участие в турнирах и соревнованиях.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся 11–13 лет (5–7 классы). Прием обучающихся в объединения дополнительного образования осуществляется на основе свободного выбора по заявлению родителей (законных представителей) или обучающегося, достигшего возраста 14 лет. Предварительный отбор не проводится. Наполняемость групп соответствует нормативным показателям.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 учебный год (34 недели) с 1 сентября по 26 мая. Общий объем программы составляет 68 часов. Расчёт учебных часов произведён исходя из количества учебных недель в учебном году (34 недели) и режима занятий по модулю. Каникулярное время не включается в реализацию программы.

Форма обучения

Форма обучения – очная с использованием игровых, соревновательных и тренировочных методов. Формы организации занятий: групповая, индивидуальная, коллективная.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа (всего 2 часа в неделю). Продолжительность одного академического часа – 40 минут в соответствии с рекомендациями СанПиН. Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения. Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Создание условий для личностного и интеллектуального развития учащихся, формирования общей культуры и организации содержательного досуга посредством обучения игре в шахматы.

Задачи программы:

Обучающие:

- Сформировать у обучающихся систему знаний о правилах игры в шахматы, шахматных терминах и понятиях.
- Обучить основным тактическим приёмам и стратегическим принципам ведения шахматной партии.
- Обеспечить освоение правил проведения шахматных соревнований и основ судейства.

Развивающие:

- Развивать абстрактно-логическое мышление, память, внимание, творческое воображение.
- Формировать универсальные способы мыследеятельности (умение производить логические операции: сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий и причинно-следственных связей, построение рассуждений).
- Развивать навыки самоконтроля и самооценки, умение принимать решения в меняющейся обстановке.

Воспитательные:

- Воспитывать целеустремленность, волю, выносливость, терпение, способность к концентрации внимания.
- Формировать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
- Формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

1.3. Содержание программы

Программа «Шахматы» включает в себя следующие разделы: шахматная доска, шахматные фигуры, начальная расстановка фигур, ходы и взятие фигур, цель шахматной партии, игра всеми фигурами из начального положения.

Раздел 1. Шахматная доска

В данном разделе обучающиеся знакомятся с шахматной доской, белыми и черными полями, горизонталью, вертикалью, диагональю, центром. Изучаются понятия: белые и черные поля, чередование белых и черных полей на шахматной доске, расположение доски между партнерами. Горизонтальная линия: количество полей в горизонтали, количество горизонталей на доске. Вертикальная линия: количество полей в вертикали, количество вертикалей на доске. Чередование белых и черных полей в горизонтали и вертикали. Диагональ: отличие диагонали от горизонтали и вертикали, количество полей в диагонали, короткие диагонали. Центр: форма центра, количество полей в центре. В рамках данного раздела используются дидактические задания и игры: «Горизонталь», «Вертикаль», «Диагональ», а также чтение и инсценирование дидактической сказки «Удивительные приключения шахматной доски».

Раздел 2. Шахматные фигуры

Раздел посвящен знакомству с шахматными фигурами: белые и черные, ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король. Обучающиеся изучают названия фигур, их внешний вид и отличительные особенности. Используются дидактические задания и игры: «Волшебный мешочек», «Угадай-ка», «Секретная фигура», «Угадай», «Что общего?», «Большая или маленькая», а также чтение и инсценировка дидактической сказки И.Г. Сухина «Приключения в шахматной стране».

Раздел 3. Начальная расстановка фигур

Раздел знакомит обучающихся с начальным положением (начальной позицией), расположением каждой из фигур в начальной позиции, правилом «ферзь любит свой цвет», связью между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальной расстановкой фигур. Используются дидактические задания и игры: «Мешочек», «Да и нет», «Мяч».

Раздел 4. Ходы и взятие фигур

Данный раздел является основной темой учебного курса. Изучаются правила хода и взятия каждой из фигур, игра «на уничтожение», белопольные и чернопольные слоны, одноцветные и разноцветные слоны, качество, легкие и тяжелые фигуры, ладейные, коневые, слоновые, ферзевые, королевские пешки, взятие на проходе, превращение пешки. Для каждой фигуры последовательно изучаются: место в начальном положении, ход, взятие. Используются дидактические задания и игры: «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Один в поле воин», «Кратчайший путь», «Захват контрольного поля», «Защита контрольного поля», «Игра на уничтожение», «Ограничение подвижности», «Сними часовых», «Атака неприятельской фигуры», «Двойной удар», «Взятие», «Защита», «Выиграй фигуру». Термин «стоять под боем».

Особое внимание уделяется следующим фигурам:

- **Ладья:** место ладьи в начальном положении, ход, взятие. Изучаются игры: ладья против ладьи, две ладьи против одной, две ладьи против двух.
- **Слон:** место слона в начальном положении, ход, взятие. Белопольные и чернопольные слоны. Разноцветные и одноцветные слоны. Качество. Легкая и тяжелая фигура. Изучаются игры: слон против слона, два слона против одного, два слона против двух, ладья против слона, две ладьи против слона, ладья против двух слонов, две ладьи против двух слонов.
- **Ферзь:** место ферзя в начальном положении, ход, взятие. Ферзь – тяжелая фигура. Изучаются игры: ферзь против ферзя, ферзь против ладьи, ферзь против слона, ферзь против ладьи и слона.
- **Конь:** место коня в начальном положении, ход, взятие. Конь – легкая фигура. Изучаются игры: конь против коня, два коня против одного, один конь против двух, два коня против двух, конь против ферзя, конь против ладьи, конь против слона.
- **Пешка:** место пешки в начальном положении. Ладейная, коневая, слоновая, ферзевая, королевская пешка. Ход пешки, взятие. Взятие на проходе. Превращение пешки. Изучаются игры: пешка против пешки, две пешки против одной, одна пешка против двух, многопешечные положения, пешка против ферзя, пешка против ладьи, пешка против слона, пешка против коня.
- **Король:** место короля в начальном положении, ход, взятие. Короля не бьют, но и под бой его ставить нельзя. Изучаются игры: король против короля, король против ферзя, король против ладьи, король против слона, король против коня, король против пешки.

Раздел 5. Цель шахматной партии

Раздел знакомит обучающихся с понятиями: шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, длинная и короткая рокировка и ее правила.

Изучаются: шах ферзем, ладьей, слоном, конем, пешкой. Защита от шаха. Открытый шах. Двойной шах. Дидактические задания: «Шах или не шах», «Дай шах», «Пять шахов», «Защита от шаха». Дидактическая игра «Первый шах».

Мат: мат в один ход, сложные примеры с большим числом шахматных фигур. Дидактическое задание «Дай мат в один ход».

Ничья, пат: отличие пата от мата, варианты ничьей, примеры на пат. Дидактическое задание «Пат или не пат».

Рокировка: длинная и короткая рокировка, правила рокировки. Дидактическое задание «Рокировка».

Раздел 6. Игра всеми фигурами из начального положения

Раздел дает самые общие представления о том, как начинать шахматную партию. В рамках данного раздела проводятся практические игры, турниры и соревнования, а также решение шахматных задач и этюдов.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- Знать шахматные термины: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр.
- Правильно определять и называть белые, чёрные шахматные фигуры.
- Правильно расставлять фигуры перед игрой.
- Уметь ориентироваться на шахматной доске.
- Знать названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король.
- Знать правила хода и взятия каждой из фигур.
- Знать понятия: шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, длинная и короткая рокировка и её правила.
- Знать основные тактические приёмы.
- Знать принципы игры в дебюте.

- Уметь грамотно располагать шахматные фигуры в дебюте.
- Уметь находить несложные тактические удары и проводить комбинации.
- Уметь точно разыгрывать простейшие окончания.

Метапредметные результаты:

- Овладеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.
- Освоить способы решения проблем творческого и поискового характера.
- Сформировать умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Сформировать умение понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
- Овладеть логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений.
- Развить готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий.
- Определять общую цель и пути её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Личностные результаты:

- Сформировать установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- Развить навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- Развить этические чувства, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- Сформировать эстетические потребности, ценности и чувства.
- Развить самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является документом, который определяет продолжительность учебного года, количество учебных недель, сроки проведения занятий и даты начала и окончания реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Освоение программы осуществляется в течение одного учебного года с 1 сентября по 26 мая. Календарный учебный график разработан в соответствии с календарным графиком МОУ «Суоярвская СОШ».

№ п/п	Содержание	Дата
1.	Начало учебного года (начало занятий)	1 сентября
2.	Количество учебных недель	34 недели
3.	Продолжительность учебного года	1 сентября – 26 мая
4.	Каникулярное время	В период реализации программы каникулы не предусмотрены (занятия проводятся в соответствии с расписанием)
5.	Комплектование учебных групп	Сентябрь
6.	Окончание учебного года (окончание занятий)	26 мая

Режим занятий:

- 1 раз в неделю по 2 академических часа (всего 2 часа в неделю).
- Продолжительность одного академического часа – 40 минут.
- Перерыв между занятиями – не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещения.
- Занятия могут начинаться не ранее чем через 30 минут после окончания учебных занятий.

Общий объём часов:

- 34 недели × 2 часа = **68 часов**.

2.2. Учебный план

Учебный план является документом, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности.

Учебный план по программе «Шахматы»

№ п/п	Виды подготовки	Всего часов
1.	Шахматная доска	4
2.	Шахматные фигуры	4
3.	Начальная расстановка фигур	4
4.	Ходы и взятие фигур	36

5.	Цель шахматной партии	16
6.	Игра всеми фигурами из начального положения	4
	Общее количество часов в год	68

Содержание учебного плана:

Раздел 1. Шахматная доска (4 часа): знакомство с шахматной доской, белыми и черными полями, горизонталью, вертикалью, диагональю, центром. Дидактические задания и игры «Горизонталь», «Вертикаль», «Диагональ».

Раздел 2. Шахматные фигуры (4 часа): знакомство с шахматными фигурами (ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король). Дидактические задания и игры «Волшебный мешочек», «Угадай-ка», «Секретная фигура».

Раздел 3. Начальная расстановка фигур (4 часа): начальное положение (начальная позиция), расположение каждой из фигур в начальной позиции, правило «ферзь любит свой цвет». Дидактические задания и игры «Мешочек», «Да и нет», «Мяч».

Раздел 4. Ходы и взятие фигур (36 часов): изучение правил хода и взятия каждой из фигур, игра «на уничтожение». Изучение ладьи, слона, ферзя, коня, пешки, короля. Дидактические задания и игры «Лабиринт», «Перехитри часовых», «Захват контрольного поля», «Игра на уничтожение», «Ограничение подвижности», «Сними часовых», «Атака неприятельской фигуры», «Двойной удар», «Взятие», «Защита», «Выиграй фигуру». Решение шахматных задач.

Раздел 5. Цель шахматной партии (16 часов): изучение понятий шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, рокировка. Дидактические задания: «Шах или не шах», «Дай шах», «Защита от шаха», «Дай мат в один ход», «Пат или не пат», «Рокировка».

Раздел 6. Игра всеми фигурами из начального положения (4 часа): практические игры, турниры и соревнования. Решение шахматных задач и этюдов.

2.3. Оценочные материалы

Система контроля и оценки результатов освоения программы включает:

Вид контроля	Сроки	Формы контроля	Критерии
Текущий контроль	В течение учебного года	Наблюдение, опрос, решение шахматных задач, анализ партий	Правильность решения задач, понимание правил игры, умение применять тактические приёмы
Промежуточный контроль	Декабрь, май	Турниры внутри группы, решение комбинаций	Качество игры, количество набранных очков, правильность решения задач
Итоговый контроль	26 мая (конец учебного года)	Участие в итоговом турнире, защита проектов (анализ партий)	Достижение планируемых предметных и метапредметных результатов

Оценочные материалы:

- Шахматные задачи на мат в один ход.
- Шахматные задачи на мат в два-три хода.
- Задачи на тактические приёмы (двойной удар, связка, вилка).

- Этюды на реализацию преимущества.
- Анализ сыгранных партий.

2.4. Методические материалы

Реализация программы строится на использовании современных педагогических технологий и методов.

Методы обучения:

- **Репродуктивный** — при знакомстве с шахматными фигурами, изучении шахматной доски, обучении правилам игры, реализации материального перевеса.
- **Продуктивный** — при изучении общих принципов ведения игры на различных этапах шахматной партии, формировании алгоритма мышления: анализ позиции – мотив – идея – расчёт – ход.
- **Частично-поисковый** — при изучении дебютной теории (ребенок самостоятельно выполняет большую часть работы).
- **Творческий** — для совершенствования тактического мастерства учащихся (самостоятельное составление позиций, предусматривающих определенные тактические удары, мат в определенное количество ходов).
- **Проблемного обучения** — разбор партий мастеров разных направлений, творческое их осмысление.
- **Словесные:** беседа, объяснение, инструктаж, разбор ошибок, анализ игровых ситуаций.
- **Наглядные:** показ позиций на шахматной доске, демонстрация видеоуроков и фрагментов партий, использование схем и диаграмм.
- **Практические:** игровой метод, соревновательный метод, решение задач и этюдов.

Основные формы и средства обучения:

1. Практическая игра.
2. Решение шахматных задач, комбинаций и этюдов.
3. Дидактические игры и задания, игровые упражнения.
4. Теоретические занятия, шахматные игры, шахматные дидактические игрушки.
5. Участие в турнирах и соревнованиях.

Педагогические технологии:

- **Игровые технологии** — основной метод обучения.
- **Личностно-ориентированные технологии** — учёт индивидуальных особенностей, уровня интеллектуальной подготовленности.
- **Информационно-коммуникационные технологии** — использование ИКТ для мониторинга результатов, просмотра учебных видео, анализа партий.
- **Здоровьесберегающие технологии** — соблюдение гигиенических норм, профилактика переутомления.

Дидактические материалы:

- Шахматные доски и фигуры.
- Карточки с задачами и этюдами.
- Шахматные диаграммы.
- Дидактические шахматные сказки.
- Памятки по правилам игры и технике безопасности.

2.5. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы в МОУ «Суоярвская СОШ» используются:

№ п/п	Материально-техническая база	Наличие
1.	Помещение для занятий (кабинет)	МОУ «Суоярвская СОШ»
2.	Шахматные доски	15–20 шт.
3.	Шахматные фигуры (комплекты)	15–20 шт.

4.	Шахматные часы	5–10 шт.
5.	Демонстрационная шахматная доска	1 шт.

Дополнительно:

- Мультимедийное оборудование (проектор, экран, ноутбук) для теоретических занятий и просмотра видеоматериалов.
- Учебные пособия, сборники задач и этюдов.
- Шахматные дневники для записи партий.

Кадровое обеспечение: Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий соответствующую квалификацию.