**ПРИЛОЖЕНИЕ 6**

**Физкультурно-спортивная направленность**

**Аннотации рабочих программ**

**Дополнительная общеобразовательная программа «ОФП».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению – физкультурно-спортивная ?.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Лебедев Виктор Александрович, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 13-18 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 12-14 человек;2 года обучения – 10-12 человек;3 года обучения – 10-12 человек; |
| Цель программы |   Создание оптимальных условий для физического развития личности ребёнка посредством атлетической гимнастики. |
| Задачи программы  |  *Содействовать обучению:*- основам атлетической гимнастики;- безопасной работе со спортивными снарядами и спортивным инвентарём;- целенаправленному использованию своего свободного времени.*Способствовать развитию:*- трудолюбия, упорства в достижении поставленной цели;- чувства доброжелательности, целеустремлённости и отзывчивости;- умения контролировать свои эмоции в различных ситуациях.*Содействовать воспитанию:*- формирования физической культуры;- умения работать в коллективе, уважать окружающих |
| Срок реализации | 3 года, 1 год |
| Режим занятий | 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа) с одной группой учащихся. ? |
| Ожидаемые результаты | **Знать:**- Технику безопасности при работе со снарядами;- Спортивный инвентарь, как им пользоваться;- Основы атлетической гимнастики;- Как правильно дышать при выполнении упражнений;- Как правильно выполнять упражнения;- Методы взаимной страховки;- Как растут мышцы;- Общие понятия о спортивном питании;- О вреде допинга на организм спортсмена;- Оптимальную последовательность упражнений;- Основные тренировочные принципы;- Правила соревнований.**Уметь:**- Пользоваться комплексами, схемами и графиками;- контролировать свои эмоции;- Рационально расходовать свои силы;- Анализировать свои тренировки;- Готовиться к соревнованиям.  |
| Литература |  1. Архитектура тела и развитие силы: Журнал,2004.2. Воробъёв А.К., Сорокин Г.К. Анатомия силы – М., 2012.3. Тенно Г., Сорокин Ю. Атлетизм – М., 2011.4. Тяжелоатлетический курс – М.,2008.5. Шварцнеггер А., Доббинс Б. Энциклопедия современного бодибилдинга – М., 2006.6. Захаров Е. Н., Карасев А. В., Сафонов А. А. Энциклопедия физической подготовки.–М.:Лептос,2010.7. 3ациорский В.М. Физические качества спортсмена. - М.,: Физкультура и спорт,2013. 8.Кеннеди Р. Крутой культуризм. – М.: Терра-спорт, 2007.10. Кеннеди Р. Базовые программы для массивных мышц. – М.: Терра-спорт, 2014.11. Керони С., Ренпен Э. Формирование тела со свободными отягощениями. – М.: Терра-спорт, 2015.12. Мазниченко В.Д. Обучение движениям / двигательным действиям / Теория и методика физического воспитания: Учеб. Для ИФК под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Т.1. -М.: Физкультура и спорт,2006 13.МентцерМ.Супертренинг.—М.,Медиоспорт,2008.14.Платонов В.Н. Нагрузка, утомление, восстановление и адаптация в спортивной тренировке/ Теория спорта. Под ред. В.Н.Платонова/.-Киев:Вищашкола,2009.15. Плеханов В. Н. Возьми в спутники силу. – М.: ФиС, 2009.16. Стюарт М. Р. Думай. Бодибилдинг без стероидов! – М.: Уайдер спорт, 2007.17. Тенно Г.П. Сорокин Ю.К. Атлетизм. - М., «Молодая гвардия», 2008.18. Уайдер Д. Так тренитуются звезды - М.: Уайдер спорт. - 2004.19. Уайдер Д. Бодибилдинг фундаментальный курс. – М.: Уайдер спорт - СУ, 2013.20. Физио­логия человека / Под ред. Васильевой В.В. — М., Ф и С. — 2014.21. Фредерик К. Х. Всестороннее руководство по развитию силы. Красноярск,2010.22. Хартманн Ю., Тюннеманн X. Отбор упражнений / Современная силовая тренировка. -Берлин; «Шпорт - ферлаг» ,2009.23. Шапошников Ю. В. Хочу стать сильным. – М.: Русская книга,2008.24. Шестопалов С. Физические упражнения. — Ростов-на-Дону, "Проф-Пресс", 2007.25. Юшкевич Т.П., Васюк В.Е.,Буланов В.А. Применение технических средств в обучении и тренировке спортсменов. -Минск : «Полымя» , 2007. |

**Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению –.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Тормозов Игорь Евгеньевич, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 9-13 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 12-14 человек. ? |
| Цель программы |   Всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. |
| Задачи программы  | -Способствовать укреплению здоровья школьников;-Содействовать правильному физическому развитию детского организма;-Способствовать приобретению учащимися необходимых теоретических знаний;-Способствовать овладению юными баскетболистами основными приемами техники и тактики игры;-Содействовать воспитанию у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, навыков культурного поведения, чувства дружбы;-Содействовать привитию учащимся организаторских навыков. |
| Срок реализации | 1 год |
| Режим занятий | 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа) с одной группой учащихся. ? |
| Ожидаемые результаты | По итогам обучения воспитанники:***должны знать***:- историю развития баскетбола; - состояние и развитие баскетбола в России;- правила техники безопасности; - закономерности индивидуального развития человека в процессе занятий физической культурой; - правила игры; - терминологию баскетбола;- комбинации в нападении и защите; - основы организации и проведения соревнований;- правила судейства на соревнованиях.***должны уметь:***- выполнять передачи, ведение, бросок мяча в корзину;- анализировать и оценивать игровую ситуацию;- обладать тактикой нападения и защиты;- выполнять комбинации в нападении и защите;- самостоятельно проводить занятия по баскетболу;- судить соревнования по баскетболу.***должны иметь навыки:***- владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, точного броска в корзину, различных видов ведения мяча;- применение индивидуальных действий, как в нападении, так и в защите;- самостоятельно применять все виды |
| Литература |  1. Адуеевский В.В. На прицеле – кольцо. Физкультура и спорт, 1995 г.;2. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004 г.; 3. Васильев В.Я. Баскетбол на олимпиадах. – 2011 г.;4. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2005 г.;5. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола. – М.: ФиС, 2005 г.;6. Гомельский А. Я. Управление командой в баскетболе. – М.: ФиС, 2005 г.;7. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1999;8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И.,Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 2001 г.;9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999 г.;10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1999;11. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004 г.;12. Николаевич А., Параносович В. Отбор в баскетболе. – М.: Физкультура и спорт, 1998 г.;13. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2010 г.; 14. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 2012 г.;15. Порфиридов Б. От подвижных игр начиная. Физическая культура в школе. – 1998 г.;16. Преображенский И., Хоразянц А. Баскетбол в школе. – М.: Просвещение, 1991 г.;17. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов – М., ФиС, 2014 г.;18. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002 г.; 19. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1998 г. |

**Дополнительная общеобразовательная программа «Баскетбол».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению –.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Беляков Дмитрий Александрович, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 14-18 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 12-14 человек. |
| Цель программы |   Всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. |
| Задачи программы  | -Способствовать укреплению здоровья школьников;-Содействовать правильному физическому развитию детского организма;-Способствовать приобретению учащимися необходимых теоретических знаний;-Способствовать овладению юными баскетболистами основными приемами техники и тактики игры;-Содействовать воспитанию у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, навыков культурного поведения, чувства дружбы;-Содействовать привитию учащимся организаторских навыков. |
| Срок реализации | 1 год |
| Режим занятий | 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа) с одной группой учащихся. ? |
| Ожидаемые результаты | По итогам обучения воспитанники:***должны знать***:- историю развития баскетбола; - состояние и развитие баскетбола в России;- правила техники безопасности; - закономерности индивидуального развития человека в процессе занятий физической культурой; - правила игры; - терминологию баскетбола;- комбинации в нападении и защите; - основы организации и проведения соревнований;- правила судейства на соревнованиях.***должны уметь:***- выполнять передачи, ведение, бросок мяча в корзину;- анализировать и оценивать игровую ситуацию;- обладать тактикой нападения и защиты;- выполнять комбинации в нападении и защите;- самостоятельно проводить занятия по баскетболу;- судить соревнования по баскетболу.***должны иметь навыки:***- владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, точного броска в корзину, различных видов ведения мяча;- применение индивидуальных действий, как в нападении, так и в защите;- самостоятельно применять все виды |
| Литература |  1. Адуеевский В.В. На прицеле – кольцо. Физкультура и спорт, 1995 г.;2. Баскетбол. Программа спортивной подготовки для ДЮСШ. М. Советский спорт, 2004 г.; 3. Васильев В.Я. Баскетбол на олимпиадах. – 2011 г.;4. Гомельский А.Я. Баскетбол. Секреты мастерства. М. 2005 г.;5. Гомельский А.Я. Тактика баскетбола. – М.: ФиС, 2005 г.;6. Гомельский А. Я. Управление командой в баскетболе. – М.: ФиС, 2005 г.;7. Грасис А. Специальные упражнения баскетболистов – М., ФиС, 1967, 1999;8. Кудряшов В.П., Мирошникова Т.И.,Физическая подготовка юных баскетболистов – Минск, 2001 г.;9. Кузин В.В. Полиеский С.А. Баскетбол Начальный этап обучения – М., ФиС, 1999 г.;10. Линдеберг Ф. Баскетбол – игра и обучение – М., ФиС, 1999;11. Нестеровский Д.И. Баскетбол. Теория и методика обучения. М. Академия. 2004 г.;12. Николаевич А., Параносович В. Отбор в баскетболе. – М.: Физкультура и спорт, 1998 г.;13. Официальные правила баскетбола. М. СпортАкадемПресс 2010 г.; 14. Пинхолстер А. Энциклопедия баскетбольных упражнений – М., ФиС, 2012 г.;15. Порфиридов Б. От подвижных игр начиная. Физическая культура в школе. – 1998 г.;16. Преображенский И., Хоразянц А. Баскетбол в школе. – М.: Просвещение, 1991 г.;17. Стонкус С.С. Индивидуальная тренировка баскетболистов – М., ФиС, 2014 г.;18. Чернова Е.А. Некоторые рекомендации по работе с детьми. Школа баскетбола. Самара. 2002 г.; 19. Яхонтов Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста – М., ФиС, 1998 г. |

**Дополнительная общеобразовательная программа «Волейбол».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению –.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Иванов Андрей Сергеевич, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 9-15 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 12-20 человек. ? |
| Цель программы |  Направлена на всестороннее физического развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. |
| Задачи программы  | - ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;- изучить основы техники и тактики игры;- способствовать приобретение необходимых теоретических знаний;- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);- содействовать правильному физическому развитию;развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);- развивать специальные технические и тактические навыки игры;подготовить учащихся к соревнованиям по волейболу; |
| Срок реализации | 1 год |
| Режим занятий | 4 часа в неделю (2 занятия по 2 часа) с одной группой учащихся. ? |
| Ожидаемые результаты | По итогам обучения воспитанники:***должны знать***:- - расстановку игроков на поле;- правила перехода игроков по номерам;- правила игры в мини-волейбол;- правильность счёт по партиям;***должны уметь:***- выполнять перемещения и стойки;- выполнять приём и передачу мяча сверху двумя руками;- выполнять приём и передачу мяча снизу над собой и на сетку мяча;- выполнять нижнюю подачу с 5-6 метров;- выполнять падения. |
| Литература | 1. Клещёв Ю.Н., Фурмнов А.Г. Юный волейболист, -М.: ФиС, 1979.
2. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е. Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. -М.: Просвещение, 1999.
3. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любомирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. - М. : Просвещение, 1998.
4. Юный волейболист. Железняк Ю.Д. - М.: ФиС, 1988.

Литература для учителя:1. Ахмеров Э.К. Волейбол для начинающих. - Минск: Полымя, 1985.
2. Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2002.
3. Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры. - 2-е изд.- М.: Физкультура и спорт, 2005. Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г. А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т. Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2002.
4. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт.
5. Железняк Ю.Д., Слупский Л. Н. Волейбол в школе: Пособие для учителей -М.: Просвещение, 1989.
6. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами / В.С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
7. Официальные правила волейбола 2001-2004 гг.- М.:ВФВ, Терра-Спорт, 2001.

Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. - М.: Физкультура и спорт, 1983. |

**Дополнительная общеобразовательная программа «ОФП».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению – физкультурно-спортивная ?.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Жуков Владимир Константинович , педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 7-9 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 10-14 человек; |
| Цель программы |   Приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. |
| Задачи программы  | 1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни.6. Проведение профориентации |
| Срок реализации | 1 года  |
| Режим занятий | 6 часа в неделю (3занятия по 2 часа) с одной группой учащихся.  |
| Ожидаемые результаты | **Знать:**-  обучении групповому взаимодействию, развитии его форм посредством игр и соревнований;- активизации и совершенствовании основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти, и наглядно-действен­ного мышления;1. Укрепление здоровья и закаливание организма детей.2. Формирование стойкого интереса к занятиям.3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.5. Обучение основным приёмам техники и тактическим действиям игры в футбол.6. Привитие навыков соревновательной деятельности.7. Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива.**Уметь:**- Анализировать свои тренировки;- Совершенствование тактики командных действий.- Готовиться к соревнованиям.- Сила способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему.  |
| Литература | 1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. І, ІІ, ІІІ, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.5. Новая школа футбольной тренеровки «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп6. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2007г.7. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.8. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.9. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.10. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.11. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.12. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.13. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.14. футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.15. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.16. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.17. Убойный футбол и другие игры для детей. Е.В. Пантилеева «Феникс», 2008г.18. Физиология футбола. Орджаникидзе З.Г. «Человек», 2008г.19. Энциклопедия физических упражнений, Ежи Талага «Физкультура и спорт», 1998г.20. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвящение», 2005г.21. Футбол правила игры (Москва), МФ футбольных ассоциаций «Терра спорт» 2004г.22. Мини футбол на уроке физической культуры (Москва)Веревкин М.П., «ТВТ Дивизион», 2006г.23. Журнал Физическая культура в школе. Москва 2009 г. №1 |

**Дополнительная общеобразовательная программа «ОФП».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению – физкультурно-спортивная ?.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Самсонов Максим Павлович, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 10-13 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 18-30 человек; |
| Цель программы |   Приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. |
| Задачи программы  | 1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни.6. Проведение профориентации |
| Срок реализации | 1 года  |
| Режим занятий | 6 часа в неделю (3занятия по 2 часа) с одной группой учащихся.  |
| Ожидаемые результаты | **Знать:**-  обучении групповому взаимодействию, развитии его форм посредством игр и соревнований;- активизации и совершенствовании основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти, и наглядно-действен­ного мышления;1. Укрепление здоровья и закаливание организма детей.2. Формирование стойкого интереса к занятиям.3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.5. Обучение основным приёмам техники и тактическим действиям игры в футбол.6. Привитие навыков соревновательной деятельности.7. Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива.**Уметь:**- Анализировать свои тренировки;- Совершенствование тактики командных действий.- Готовиться к соревнованиям.- Сила способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему.  |
| Литература | 1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. І, ІІ, ІІІ, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.5. Новая школа футбольной тренеровки «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп6. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2007г.7. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.8. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.9. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.10. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.11. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.12. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.13. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.14. футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.15. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.16. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.17. Убойный футбол и другие игры для детей. Е.В. Пантилеева «Феникс», 2008г.18. Физиология футбола. Орджаникидзе З.Г. «Человек», 2008г.19. Энциклопедия физических упражнений, Ежи Талага «Физкультура и спорт», 1998г.20. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвящение», 2005г.21. Футбол правила игры (Москва), МФ футбольных ассоциаций «Терра спорт» 2004г.22. Мини футбол на уроке физической культуры (Москва)Веревкин М.П., «ТВТ Дивизион», 2006г.23. Журнал Физическая культура в школе. Москва 2009 г. №1 |

**4.Дополнительная общеобразовательная программа «ОФП».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению – физкультурно-спортивная ?.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Смирнов Максим Александрович, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 13-16 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 12-20 человек; |
| Цель программы |   Приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. |
| Задачи программы  | 1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни.6. Проведение профориентации |
| Срок реализации | 1 год |
| Режим занятий | 6 часа в неделю (3занятия по 2 часа) с одной группой учащихся.  |
| Ожидаемые результаты | **Знать:**-  обучении групповому взаимодействию, развитии его форм посредством игр и соревнований;- активизации и совершенствовании основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти, и наглядно-действен­ного мышления;1. Укрепление здоровья и закаливание организма детей.2. Формирование стойкого интереса к занятиям.3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.5. Обучение основным приёмам техники и тактическим действиям игры в футбол.6. Привитие навыков соревновательной деятельности.7. Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива.**Уметь:**- Анализировать свои тренировки;- Совершенствование тактики командных действий.- Готовиться к соревнованиям.- Сила способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему.  |
| Литература | 1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. І, ІІ, ІІІ, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 5. Новая школа футбольной тренеровки «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп6. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2007г.7. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.8. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.9. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.10. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.11. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.12. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.13. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.14. футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.15. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.16. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.17. Убойный футбол и другие игры для детей. Е.В. Пантилеева «Феникс», 2008г.18. Физиология футбола. Орджаникидзе З.Г. «Человек», 2008г.19. Энциклопедия физических упражнений, Ежи Талага «Физкультура и спорт», 1998г.20. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвящение», 2005г.21. Футбол правила игры (Москва), МФ футбольных ассоциаций «Терра спорт» 2004г.22. Мини футбол на уроке физической культуры (Москва)Веревкин М.П., «ТВТ Дивизион», 2006г.23. Журнал Физическая культура в школе. Москва 2009 г. №1 |

**5.Дополнительная общеобразовательная программа «ОФП».**

|  |  |
| --- | --- |
| Классификация | По видуПо функциональному предназначению – физкультурно-спортивная ?.По форме организации – индивидуально-ориентированная.По времени реализации – среднесрочная.По возрастным особенностям – разновозрастная. |
| Составитель программы | Иванов Аедрей Сергеевич, педагог дополнительного образования |
| Целевая группа | Возраст: 16-18 летНаполняемость учебных групп:1 год обучения – 12-20 человек; |
| Цель программы |   Приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. |
| Задачи программы  | 1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни.6. Проведение профориентации |
| Срок реализации | 1 год |
| Режим занятий | 6 часа в неделю (3занятия по 2 часа) с одной группой учащихся.  |
| Ожидаемые результаты | **Знать:**-  обучении групповому взаимодействию, развитии его форм посредством игр и соревнований;- активизации и совершенствовании основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти, и наглядно-действен­ного мышления;1. Укрепление здоровья и закаливание организма детей.2. Формирование стойкого интереса к занятиям.3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.5. Обучение основным приёмам техники и тактическим действиям игры в футбол.6. Привитие навыков соревновательной деятельности.7. Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива.**Уметь:**- Анализировать свои тренировки;- Совершенствование тактики командных действий.- Готовиться к соревнованиям.- Сила способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему.  |
| Литература | 1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. І, ІІ, ІІІ, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.5. Новая школа футбольной тренеровки «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп6. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2007г.7. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.8. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.9. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.10. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.11. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.12. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.13. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.14. футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.15. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.16. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.17. Убойный футбол и другие игры для детей. Е.В. Пантилеева «Феникс», 2008г.18. Физиология футбола. Орджаникидзе З.Г. «Человек», 2008г.19. Энциклопедия физических упражнений, Ежи Талага «Физкультура и спорт», 1998г.20. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвящение», 2005г.21. Футбол правила игры (Москва), МФ футбольных ассоциаций «Терра спорт» 2004г. |