

Рецензия

на рабочую программу внеурочной деятельности «Мини-футбол»
учителя физической культуры МБОУ СОШ № 3
ст. Крепостной МО Северский район
Александрова Сергея Андреевича

Представленная для рецензирования программа кружка «Мини-футбол» учителя физической культуры МБОУ СОШ № 3 ст. Крепостной предназначена для обучающихся в возрасте 11-17 лет (11-17 лет). Срок реализации программы 1 год (156 часов).

Необходимо обратить внимание на новизну данного курса, которая объясняется возможностью одновременного использования видеоматериала и других наглядных средств обучения (схемы, соревнования ведущих команд района) с теоретическими основами курса.

Следует отметить, что учебный материал курса изложен профессионально грамотно. Программа имеет следующую структуру: пояснительная записка, цель и задачи, содержание программы, планируемые результаты, методическое обеспечение программы, литература.

Актуальность и педагогическая целесообразность заключается в реализации в местных условиях одного из приоритетных направлений политики государства: пропаганда занятий физкультурой и оздоровление нации. Благодаря высокой эмоциональности, физической активности мини футбол становится все более популярным в нашей стране. Материал данного курса способствует укреплению здоровья и закаливанию организма, обеспечивает всестороннюю физическую подготовку, овладение основными техническими приемами игры мини-футбол, развивает коммуникативные умения, способствует профессиональному самоопределению

Стиль изложения программы отличается четкостью и ясностью.

Методическое обеспечение программы в полной мере характеризует педагогические и организационные условия, необходимые для получения образовательного результата.

Данная программа соответствует требованиям к оформлению и содержанию программ внеурочной деятельности и может быть рекомендована к использованию учителям физической культуры ОО муниципалитета.

22.08.2022г.

Главный специалист МКУ МО Северский район «ИМЦ»  Г.В. Бятец


Подпись удостоверяю

Руководитель МКУ МО Северский район «ИМЦ»  Е.В. Ганина



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 СТ. КРЕПОСТНОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМ. ДВАЖДЫ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
МАРШАЛА АВИАЦИИ САВИЦКОГО ЕВГЕНИЯ ЯКОВЛЕВИЧА

Рассмотрено
на заседании Педагогического
совета МБОУ СОШ №3
ст.Крепостной
Протокол №1 от 30.04.2022г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ 3
Подружная Е.А. 
Приказ №145 от 30.04.2022г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа школьного спортивного клуба
«Геракл и Артемида»
«Мини-футбол»
(физкультурно-спортивной направленности)

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 1 год (156 часов)
Возрастная категория: 11 - 17 лет
Вид программы: модифицированная

Составитель:
Александров Сергей Андреевич
педагог дополнительного образования

ст. Крепостная
2022г

Оглавление

1.Комплекc основных характеристик образования.....	3
1.1.Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Направленность и вид программы.....	3
1.1.2. Новизна, актуальность и целесообразность программы.....	3
1.1.3. Отличительные особенности программы.....	4
1.1.4. Адресат программы.....	4
1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации.....	4
1.1.6. Форма обучения.....	4
1.1.7.Особенности организации учебного процесса.....	4
1.1.8. Режим занятий.....	5
1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы.....	5
1.2.1. Цель данной программы.....	5
1.2.2. Задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.3.1.Учебно - тематический план.....	9
1.3.3. Планируемые результаты.....	10
2. Комплекc организационно - педагогических условий.....	10
2.1. Календарный учебный график.....	10
2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы.....	10
2.3. Диагностические материалы.....	11
2.4. Методическое обеспечение программы.....	15
2.5. Условия реализации программы.....	16
2.6. Нормативно - правовая документация.....	17
2.7. Литература для педагога.....	18
2.8. Литература для учащихся.....	19

Комплекс основных характеристик образования.

1. Пояснительная записка

1.1. Направленность и вид программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа школьного спортивного клуба «Геракл и Артемида» базового уровня «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивное направление и предназначена для углубленного изучения раздела «Мини-футбол» образовательной программы средней школы.

Модифицированная программа разработана на основе типовой программы и рекомендаций, разработанных специалистами в области физической культуры, нормативных документов Министерства образования РФ и адаптирована к конкретным условиям. Рабочая программа дополнительного образования составлена на основе и в соответствии с **авторской программой «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол»** авторы Г. А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. В. Маслов. Изд. М.: Просвещение, 2018г. (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный), с учетом учебного плана на учебный год.

1.2. Новизна, актуальность и целесообразность программы

Новизна программы объясняется возможностью одновременного использования видеоматериала и других наглядных средств обучения (схемы, соревнования ведущих команд города) с теоретическими основами курса.

Актуальность

Реализация в местных условиях одного из приоритетных направлений политики государства: пропаганда занятий физкультурой и оздоровление нации.

Одна из форм физической культуры, получивших в последние годы широкое распространение - это игра в мини-футбол (футзал).

Благодаря высокой эмоциональности, физической активности мини футбол становится всё более популярным в нашей стране.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Не секрет, что физическая подготовленность школьников с каждым годом снижается, падает интерес к традиционным игровым видам спорта. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить

задачи подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в секции по футболу для повышения уровня физической подготовленности. В процессе тренировочных занятиях у ребенка формируется определенный уровень рефлексии и конформизма. Все это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

1.1.3. Отличительные особенности программы

Для развития физических качеств (в основном силы, выносливости и ловкости) используются чаще всего другие виды спорта. Однако в данной образовательной программе проведена несколько иная концепция развития подрастающего поколения, заключающаяся в использовании основ подвижной игры (мини-футбол) с целью развития силы, выносливости, ловкости и других качеств.

1.1.4. Адресат программы.

Программа по мини-футболу реализуется на базе МБОУ СОШ №3 ст. Крепостной. Занятия проводятся в спортивном зале три раза в неделю по одному часу.

Программа рассчитана: на возраст 11-17 лет, количество человек в группе 15-25 человек, к занятиям допускаются обучающиеся независимо от половой принадлежности, их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности, по заявлению родителей на согласие заниматься футболом и медицинского заключения о состоянии здоровья учащихся.

1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации.

Рабочая программа рассчитана на 1 год. Занятия проходят три раза в неделю по 1 часу. Всего 156 часов, 52 недель.

1.1.6. Форма обучения: очная.

1.1.7. Особенности организации учебного процесса:

в соответствии с календарным учебным графиком, в сформированных

группах детей разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный. В программе учитываются возрастные особенности учащихся, изложение материала строится от простого к сложному.

Занятия проводятся в группах, количество обучающихся 15 - 25 человек.

1.1.8. Режим занятий

Год обучения	Продолжительность занятия (часов)	Периодичность в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель в году	Всего часов в год
1	1	3	3	52	156
				Итого:	156

1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы.

1.2.1. Цель данной программы: приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования в процессе игры (мини-футбол).

1.2.2. Задачи программы:

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач:**

Обучающие:

- освоить технику игры в мини-футбол;
- овладеть основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;
- овладеть основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в мини-футбол;
- освоить процесс игры в соответствии с правилами мини-футбола;
- изучить элементарные теоретические сведения об истории футбола, технике и тактике, правилах игры.
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;

- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Основной показатель работы спортивной секции по мини-футболу стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях. Выполнение нормативных требований по уровню подготовленности. В комплексном зачете учитываются в целом все результаты (более высокие в одних нормативах в известной мере компенсируют более низкие в других).

Режим учебно-тренировочной работы рассчитан на 52 недели занятий непосредственно в условиях школы.

Воспитательные:

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

1.3. Содержание программы.

Теоретическая подготовка.

Физическая культура и спорт в России. Важнейшие решения Российского правительства по вопросам развития физической культуры и спорта. Массовый характер Российского спорта.

Рост спортивных достижений Российских спортсменов. Значение выступлений Российских спортсменов за рубежом для укрепления мира и дружбы между народами. Единая спортивная классификация и её значение для развития спорта в России.

Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

Врачебный контроль. Задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: масса, динамометрия, спирометрия, пульс. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, утомляемость, настроение. Дневник самоконтроля. Причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.

Правила игры, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

Общая и специальная физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Упражнения с набивным мячом (1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения. Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500 м.

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метание малого мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега.

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.

Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте. Эстафеты с элементами акробатики.

Техническая подготовка.

Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. **Техника игры вратаря.** Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу.

Броски рукой на точность и дальность.

Тактика игры в футбол.

Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+3, 3+1. Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Тактика нападения.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Тактика вратаря. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру. Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

В программу могут вноситься необходимые коррективы в соответствии с местными условиями и возможностями, может изменяться последовательность изучения тем, количество времени на изучение отдельных вопросов.

1.3.1. Учебно - тематический план.

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	1	-
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	30	5	25
4.	Тактическая подготовка	25	5	20
5.	Общая физическая подготовка	45	5	40
6.	Специальная физическая подготовка	15	4	11
7.	Игровая подготовка	20	4	16
8.	Инструкторская и судейская практика	9	3	6
9.	Соревнования	4	-	4
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	6	-	6
ИТОГО:		156	28	128

1.3.3. Планируемые результаты.

По окончании срока реализации программы обучающиеся **будут знать:**

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;

Обучающиеся **будут уметь:**

- организовать самостоятельные занятия мини-футболом.
- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть основами техники мини-футбола; знать основы судейства.

У обучающихся **будут воспитаны:**

- чувство коллективизма;
- взаимопомощи и взаимовыручки;
- физические качества

2. Комплекс организационно - педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график. (Приложение №1)

2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы.

Формы подведения итогов реализации:

Как правило, итоговые показатели складываются на основе соревновательного периода обучения. Отчетным периодом принято считать соревнования среди школ в рамках «Всекубанской спартакиады школьников» и иные виды соревнований.

Средства контроля.

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности учащихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной

информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование. Контроль за уровнем нагрузки на занятия проводится по карте педагогического наблюдения за степенью утомления учащихся:

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности учащихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства (приложение таблица №2).

Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой на основе Примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ

Мини-футбол (приложение таблица №3).

2.3. Диагностические материалы (Приложение №2)

Средства контроля.

Объект наблюдения	Степень и признаки утомления		
	Небольшая	Средняя	Большая (недопустимая)
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Редкое покраснение, побледнение или синюшность.
Речь	Отчетливая	Затрудненная	Крайне затрудненная или невозможная.
Мимика	Обычная	Выражение лица напряженное	Выражение страдания на лице.
Потливость	Небольшая	Выраженная верхней половины тела	Резкая верхней половины тела и ниже пояса, выступание соли.
Дыхание	Учащенное, ровное	Сильно учащенное	Сильно учащенное, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием.
Движения	Бодрая походка	Неуверенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная поза

			с опорой, падение.
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, боль в мышцах, сердцебиение, одышку, шум в ушах.	Жалобы на головокружение, боль в правом подреберье, головная боль, тошнота, иногда икота, рвота

Таблица № 3

**Нормативные требования
для учащихся групп начальной подготовки**

Контрольное упражнение	Возраст	Оценка (условная)					
		«3»		«4»		«5»	
		м	д	м	д	м	д
Общая подготовленность							
Бег 30 м., с.	8	6.3	6.4	6.1	6.2	5.9	6.0
	9	6.2	6.3	6.0	6.1	5.8	5.9
	10	6.0	6.2	5.8	6.0	5.6	5.8
	11	5.8	6.1	5.6	5.9	5.4	5.7
Челночный бег 30 м. (5 x 6 м)	8	13.2	13.4	13.0	13.2	12.6	12.8
	9	13.0	13.2	12.7	13.0	12.4	12.6
	10	12.6	12.8	12.4	12.5	11.9	12.2
	11	12.2	12.4	11.9	12.2	11.5	11.9
Челночный бег 104 м. с.	8	-	-	-	-	-	-
	9	42.0	45.0	40.0	43.0	37.0	40.0
	10	38.0	42.0	36.0	40.0	33.0	37.0
	11	34.0	39.0	32.0	37.0	30.0	35.0
Прыжок в длину с места, см.	8	152	142	155	145	160	150
	9	155	145	160	150	165	155
	10	160	157	168	160	173	165
	11	170	160	175	168	180	173
Специальная подготовленность							
Жонглирование мяча ногами, кол-во ударов	8	5	4	6	4	7	5
	9	6	4	7	5	8	6
	10	13	10	15	11	16	12
	11	19	13	21	15	22	16
Бег 30 м с ведением	8	7.2	7.6	6.9	7.3	6.5	7.0

мяча, сек.	9	6.6	7.2	6.4	6.9	6.2	6.7
	10	6.4	7.0	6.2	6.7	6.0	6.5
	11	6.3	6.8	6.1	6.5	5.9	6.3
Ведение мяча по «восьмерке»	8					+	+
	9					+	+
	10					+	+
	11					+	+
Ведение мяча по границе штрафной площадке.	8					+	+
	9					+	+
	10					+	+
	11					+	+

Примечание: знак«+» означает, что норматив выполнен при улучшении показателей.

СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА КОНТРОЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ.

ОБЩАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ.

Бег 30 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.

Челночный бег 30 м (5x6 м). На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

Челночный бег 30 м (3x10 м). Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее.

Челночный бег 104 м (рис. 1). Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается

Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ.

Жонглирование мячом ногами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Бег 30 м с ведением мяча. Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

Ведение мяча по «восьмерке» (рис. 1). На поле стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки А к стойке Ц, обходит ее и движется к стойке В. Обведя ее, он направляется к стойке В, обгибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке Ц. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки А. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

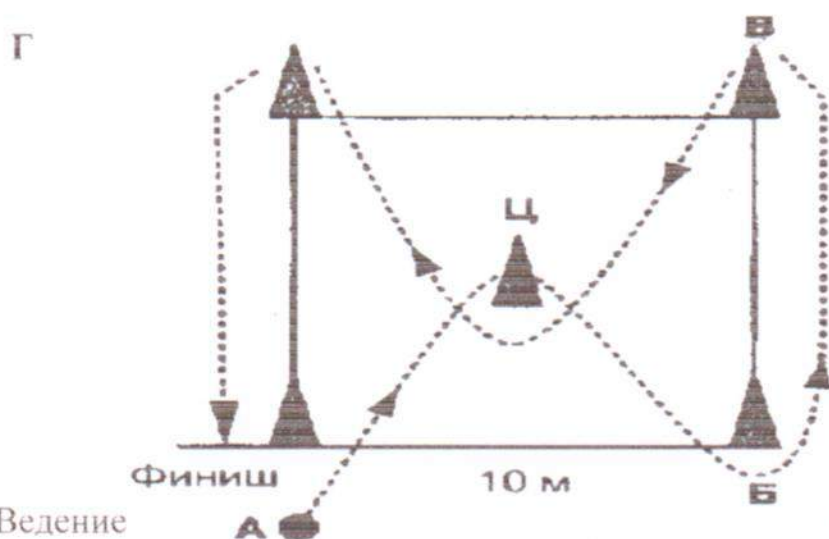


Рис. 1 Ведение мяча по «восьмерке»

Ведение мяча по границе штрафной площади (рис. 2). Испытуемый с мячом встает перед пересечением штрафной и вратарской линий. По сигналу он начинает ведение мяча подошвой правой ноги по границе штрафной площади до пересечения ее с линией ворот. Как только мяч пересечет эту точку, испытуемый разворачивается и начинает ведение мяча подошвой левой ноги в обратном направлении по границе штрафной площади. Как только он пересекает с мячом линию ворот, фиксируется время прохождения дистанции.

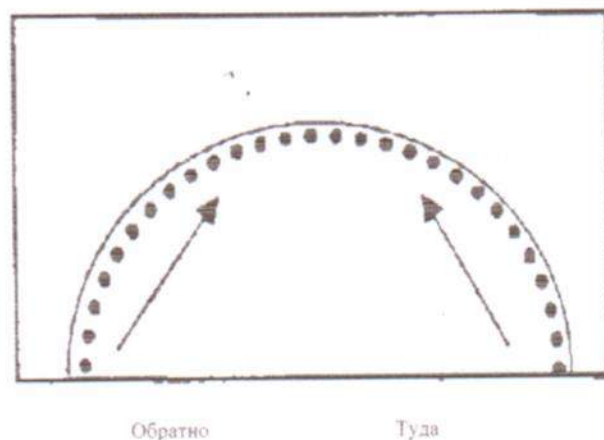


Рис. 2. Ведение по границе штрафной площади

2.4. Методическое обеспечение программы

1. Особенности организации образовательного процесса – очно.

2. Методы обучения:

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 3 часа в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

7. Дидактические материалы:

- - тактика игры:
- <https://futsalki.ru/poleznye-stati/taktika-v-mini-futbole-tri-osnovnye-igrovye-sxemy/>;
- <https://football-esthete.ru/taktika-v-mini-futbole/>
- - техника игры:
- <http://www.offsport.ru/mini-football/tehnika.shtml>

2.5. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение занятий

- мячи футбольные;
- насос с иглой для надувания мячей;
- сетка для переноса и хранения мячей;
- футбольные ворота (для мини-футбола);
- сетки для футбольных ворот;
- жилетки игровые разного цвета;
- флажки разметочные с опорой;
- стойки для обводки;
- конусы;
- фишки;
- свисток судейский;
- секундомер.
- Рулетка – 1шт.

- Компьютеры с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом.

Кроме этого имеется дидактико-методическое оснащение:

Учебники по физической культуре. Учебники по футболу. Методические пособия по футболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Учебные карточки с заданиями. Разработанные и утверждённые тесты, нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок и т.п

2.6. Нормативно - правовая документация.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Конвенция о правах ребенка;
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
3. Национальный проект «Образование» утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018г. №16.)
4. Приоритетный проект "Доступное дополнительное образование для детей» в редакции протокола президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 19.09.2017г. №66.
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018г.
6. Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019г.
7. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
8. Распоряжение от 26 марта 2016 года №516-р. В рамках госпрограммы «Развитие образования» на 2013–2020 годы;
9. Указ президента Российской Федерации от 7 мая 2018г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024г.

10. СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей;
11. Проект Федеральной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года»;

2.7. Литература для педагога:

1. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол : пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2018.
2. **Мини-футбол (Футзал)** : Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва **С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко.** - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.
3. **Ермакова, Ю.Н.** Характеристика особенностей владения элементами игры в футбол у детей старшего дошкольного возраста [Текст] /Ю.Н. Ермакова // Вестник спортивной науки: научный журнал - Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта (ВНИИФК), ОАО «Издательство «Советский спорт»», 2009, №.5 – С. 15-18.(авт. вкл. - 0,5 п.л.).
4. **Ермакова, Ю.Н.** Влияние элементов игры в футбол на развитие детей 5-7 лет [Текст] / Ю.Н. Ермакова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: педагогика, психология, социальная работа, ювенология, социокинетика. Изд-во ГОУ ВПО «КГУ им. Н.А. Некрасова», 2009, - Т. 15, №.4 – С. 150-155 (авт. вкл. - 0,5 п.л.).
5. **Ермакова, Ю.Н.** Организация двигательной и познавательной деятельности детей с применением компьютерных технологий [Текст] / Ю.Н. Ермакова, Д.М. Правдов // Культура физическая и здоровье : научно-методический журнал, «Воронежская областная типография – Издательство им. Е.А. Болховитинова», 2010, № 1 (25) – С.56-61. (авт. вкл. - 0,5 п.л.).
6. **Ермакова, Ю.Н.** Влияние элементов игры в футбол на психическое развитие детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Ю.Н. Ермакова // Сборник трудов 2 Межвузовской научно-методической конференции.- Москва. – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С. 47-49 (авт. вкл. 0,15 п.л.).
7. **Ермакова, Ю.Н.** Особенности влияния занятий футболом на функциональное развитие организма [Текст] /Ю.Н. Ермакова, Е.Н. Колотилова // Материалы Всероссийской научной конференции «Физическое воспитание, спортивная тренировка, оздоровительная и

адаптивная физическая культура участников образовательного процесса». – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С.58-61 (авт. вкл. 0,35 п.л.)

8. **Ермакова, Ю.Н.** Интеграция двигательной и познавательной деятельности детей в процессе занятий спортивными играми [Текст] / Ю.Н. Ермакова, М.А. Правдов, Д.М. Правдов, Л.В. Правдова // Материалы Всероссийской научной конференции «Физическое воспитание, спортивная тренировка, оздоровительная и адаптивная физическая культура участников образовательного процесса». – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С.153-155 (авт. вкл. 0,15 п.л.)
9. **Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А.** Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2009.- 86 стр.(Библиотечка тренера)
10. **Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В.** Мини-футбол (футзал). Примерная программа для ДЮСШ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (2010)

Интернет ресурсы:

- **Футбольное образование тренеров и футболистов.**
<https://footballstudy.ru/library>
- **КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ И БЫСТРОТА | ФУТБОЛ | ЛОВКОСТЬ**
| Ссылка на канал Svyatoslav_Bohan
https://www.youtube.com/watch?v=FVmHxz-Rk_4&feature=emb_logo
- **Базовая техника и оборона в мини футболе** Мастер-класс проводит А.Ю. Юдин (старший тренер И.С.К. "Дина").
https://www.youtube.com/watch?time_continue=77&v=CbzYYVjJedE&feature=emb_logo

2.8. Литература для учащихся:

1. **Футбол. Правила соревнований.** М. «Ф и С», 2007 г.
2. **Сушков М.П., Разин М.Б., Лукашин Ю.С.,** Ваш друг «Кожаный мяч» - М, «Ф и С», 2003 г.
3. Под общ. ред. **Лаптенва А. П., Сучилина А.А.** Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. - М., 2001 г.
4. **Футбол Арнид Чанади.** «Техника», «Стратегия», 2001 г.

Рецензия

на рабочую программу внеурочной деятельности «Веселые старты»
учителя физической культуры МБОУ СОШ № 3
ст. Крепостной МО Северский район
Александрова Сергея Андреевича

Представленная для рецензирования программа кружка «Веселые старты», разработанная учителем физической культуры МБОУ СОШ № 3 ст. Крепостной, предназначена для обучающихся в возрасте 7-11 лет (1-4 класс). Срок реализации программы 1 год (68 часов), периодичность занятий – 1 раз в неделю.

Автор отмечает новизну программы, которая заключается в том, что данная программа интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знанию фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

Следует обратить внимание на актуальность данной программы, она состоит в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Учебный материал курса изложен профессионально грамотно. Программа имеет следующую структуру: пояснительная записка, цель и задачи дополнительной программы, содержание программы, учебно-тематический план, планируемые результаты, комплекс организационно-педагогических условий, методическое обеспечение программы, литература.

Стиль изложения программы отличается четкостью и ясностью.

Данная программа соответствует требованиям к оформлению и содержанию образовательной программы и может быть рекомендована для использования в работе учителей физической культуры ОО муниципалитета.

18.08.2022г.

Главный специалист МКУ МО Северский район «ИМЦ»  Г.В. Бятец

Подпись удостоверяю


Руководитель МКУ МО Северский район «ИМЦ»  Е.В. Ганина



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 СТ. КРЕПОСТНОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМ. ДВАЖДЫ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА
МАРШАЛА АВИАЦИИ САВИЦКОГО ЕВГЕНИЯ ЯКОВЛЕВИЧА

Рассмотрено
на заседании Педагогического
совета МБОУ СОШ №3
ст.Крепостной
Протокол №1 от 30.04.2022г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ 3

Подружная Е. А. 
Приказ №145 от 30.04.2022г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Веселые старты»
(физкультурно-спортивной направленности)

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 1 год (68 часов)
Возрастная категория: 7 - 11 лет
Вид программы: модифицированная

Составитель:
Александров Сергей Андреевич
педагог дополнительного образования

ст. Крепостная
2022г

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик образования	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Направленность и вид программы	3
1.1.2. Новизна, актуальность и целесообразность программы	3
1.1.3. Отличительные особенности программы	3
1.1.4. Адресат программы	4
1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации	4
1.1.6. Форма обучения	4
1.1.8. Режим занятий	4
1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы	4
1.2.1. Цель данной программы	4
1.2.2. Задачи программы	4
1.3. Содержание программы	5
1.3.1. Учебно - тематический план	20
1.3.3. Планируемые результаты	20
2. Комплекс организационно - педагогических условий	21
2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы	21
2.4. Методическое обеспечение программы	22
2.5. Условия реализации программы	23
2.6. Нормативно - правовая документация	29
2.7. Список литературы	30

Комплекс основных характеристик образования.

1. Пояснительная записка

1.1. Направленность и вид программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «**Веселые-старты**» имеет физкультурно-спортивное направление и предназначена для организации дополнительного образования младших школьников.

Модифицированная программа разработана на основе типовой программы и рекомендаций, разработанных специалистами в области физической культуры, нормативных документов Министерства образования РФ и адаптирована к конкретным условиям. Рабочая программа дополнительного образования составлена на основе и в соответствии с **авторской программой внеурочной деятельности «Игра. Досуговое общение»**, авторы программ **Д.В. Григорьев, Б.В. Куприянов**, Изд. М.: Просвещение, 2018г., с учетом учебного плана на учебный год.

1.2. Новизна, актуальность и целесообразность программы

Новизна программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Целесообразность программы «Веселые старты» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

1.1.3. Отличительные особенности программы

- является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

1.4. Адресат программы.

Программа рассчитана: на возраст 7-11 лет, количество человек в группе до 15 человек, к занятиям допускаются обучающиеся независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности, по заявлению родителей на согласие заниматься по программе ДООП «Веселые старты» и медицинского заключения о состоянии здоровья учащихся.

1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации.

Дополнительная образовательная программа «Веселые старты» имеет **базовый** уровень освоения и предназначена для организации дополнительного образования младших школьников.

Дополнительная общеобразовательная программа «Веселые старты» представляет собой учебный курс одного года обучения в количестве – 68 часов. Занятия проводятся два раз в неделю по одному часу.

1.6. Форма обучения:

данная программа предусматривает групповую учебно-тренировочную форму занятий, как основную, занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

1.8. Режим занятий

Год обучения	Продолжительность занятия (часов)	Периодичность в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель в году	Всего часов в год
1	1	2	2	34	68
				Итого:	68

2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы

2.1. Цель данной программы:

Цель: удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизирование эмоций, обучение владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

2.2. Задачи программы:

Образовательные:

- формирование представлений о здоровом образе жизни;

- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий.

Оздоровительные:

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;
- создавать условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении.

Развивающие:

- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, творческого мышления;
- Воспитание «здорового духа соперничества».

3. Содержание программы.

Простые эстафеты с элементами легкой атлетики

- Бег змейкой с мячом в руках.
- Полоса препятствий (проползти под барьерами высотой 50см).
- Метание мяча в обруч.
- Прыжки через барьеры на двух ногах.
- Передача мяча над головой двумя руками.
- Прыжок всей командой. Выполняется поочередно каждым участником двумя ногами с места. Следующий начинает прыжок с места приземления предыдущего участника.
- Бег с малым мячом в руках до стойки и обратно. Передача мяча из рук в руки.
- «Передача эстафетного огня». Бег с факелом (конус перевернутый отверстием вверх на нём лежит волейбольный мяч) до стойки и обратно. Конус держать двумя руками. При передаче мяч придерживать рукой.
- Прыжки на двух ногах, мяч держать между коленей. Упражнение выполнять до стойки, обратно бег с мячом в руках. Мяч передать в руки.
- Бег с волейбольным мячом до обруча, положить мяч в обруч, продолжить бег до стойки, на обратном пути поднять мяч, добежать до следующего участника, передать мяч в руки.
- «Передай мяч». Команда стоит в шегенге, мяч передают вправо, последний игрок, получив мяч, выбегает вперёд, встаёт и начинает передачу вновь. Эстафета заканчивается, когда вперёд встанет капитан.
- «Верблюд». Бег с мячом за спиной. Мяч держать за спиной двумя руками.

Эстафета «Олимпийцы среди нас»

Бег с эстафетной палочкой в руках (две поворотные стойки - одна перед командой на расстоянии Юм, другая позади на расстоянии 5м). Игрок оббегает стойку, стоящую впереди, затем оббегает стойку позади команды и только потом передаёт палочку игроку, стоящему впереди колонны. Выигрывает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Разминка

Команда стоит в колонну по одному. У первого участника в руках мяч. Он бежит до фишки и оставляет мяч, затем возвращается в команду. Вторым участником бежит до фишки, забирает мяч, с ним возвращается в команду и передает третьему участнику. Третий бежит с мячом и оставляет его у фишки, четвертый забирает мяч и передает пятому и т.д. как только мяч вновь окажется в руках у первого участника эстафету можно считать оконченной.

Гигантский прыжок

Команды строятся в колонны. От стартовой черты первый участник выполняет прыжок в длину с двух ног с места, остальные последовательно выполняют прыжки с места приземления предыдущего участника. Побеждает та команда, которая оказалась дальше от стартовой линии.

Передача мяча над головой

Команда строится в одну колонну. По команде судьи первый участник начинает передавать мяч назад команде. Как только мяч оказался в руках у последнего игрока – он сразу бежит вперед и точно так же начинает передавать мяч. И когда первый участник вновь станет первым – команда закончила игру.

Встречная эстафета

Педагогическая задача. Закрепление техники передачи эстафеты, развитие скоростных качеств.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды и строятся в две колонны. Колонны делятся пополам. Обе половины колонны поворачиваются лицом друг к другу и отступают назад на расстояние 10–15 м в зависимости от размеров площадки и от задания. Одна команда от другой находится на расстоянии 2–4 м. Перед игроками, стоящими впереди, чертят линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку или стартовой палочке. Если в каждой команде нечетное число участников, то флажки дают первым игрокам той половины команды, в которой на одного играющего больше.

Ход игры. По сигналу руководителя игроки с флажками бегут к своим впереди стоящим игрокам на противоположную сторону площадки, отдают им флажки и встают сзади этой половины команды. Получившие флажки бегут вперед, каждый к своей половине команды, стоящей напротив, и, передав флажок очередному игроку, стоящему впереди, встает в конец той половины, в которую прибежал. Колонна, игрок из которой выбегает, подвигается на полшага вперед к черте начала бега.

Игра заканчивается, когда последний из перебегающих какой-либо из команд передаст флажок игроку, начавшему игру.

Побеждает команда, закончившая перебежку раньше.

Правила.

1. Начинать игру можно только по команде.
2. Выходить за линию до начала бега нельзя до тех пор, пока не будет передан флажок или эстафета.
3. Если во время перебежки игрок уронил флажок, он должен сам поднять его и продолжать бег.
4. Команда, допустившая ошибку, получает штрафное очко.
5. Выигрывает команда, закончившая игру раньше и имеющая меньше штрафных очков.

Если в этой игре закрепляется навык передачи эстафетной палочки, то игрок обегает вторую половину колонны, передает палочку впереди стоящему по правилам передачи эстафеты в легкой атлетике и встает в конец этой половины колонны.

Встречная эстафета с мячом

Педагогическая задача. Закрепление техники передачи и приема мяча.

Для этой игры требуется 2 баскетбольных или волейбольных мяча. То же построение играющих, что и в предыдущей игре, только впереди стоящие в колоннах получают по мячу.

Ход игры. По сигналу игроки передают мячи (перебрасывая их) стоящим впереди в другой половине своей команды. Первый мяч, игрок становится в конце своей половины колонны. Игрок противоположной половины команды, получив мяч, передает его стоящему впереди на противоположную сторону, а сам становится в конец своей половины колонны. Так игра продолжается, пока мяч не вернется к начинавшим игру. Выигрывает команда, закончившая передачу мячей раньше. Можно ввести не передачу мяча по воздуху, а ведение его об пол (дриблинг) и последующую передачу впереди стоящему в другой половине колонны. Также поступает и следующий игрок. При передаче мяча с помощью ведения расстояние между половинами колонн должно быть не меньше 15 м.

Правила игры остаются те же, что и в предыдущей игре, только добавляется, что передачу, ловлю, ведение мяча надо исполнять точно указанным способом. За каждое неправильное ведение, передачу и ловлю мяча начисляется штрафное очко.

В результате выигрывает команда, у которой окажется больше очков. Система определения победителя – как и во всех эстафетах (очковая).

Бег командами

Педагогическая задача. Развитие быстроты бега и согласованности в действиях.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды и каждая выстраивается в колонну по одному. Колонны стоят параллельно одна другой на расстоянии 2–4 шагов одна от другой. Перед колоннами проводят стартовую черту. Напротив каждой колонны на расстоянии 15–20 м ставят стойку или другой предмет. Каждый играющий в колонне обхватывает руками стоящего впереди.

Ход игры. По сигналу руководителя игроки в колоннах бегут вперед до своей стойки (предмета), огибают ее и возвращаются назад, пробежав стартовую линию (с которой начинали бег). Во время бега играющие держатся за пояс впереди стоящих, не отрываясь, до финиша и обратно до старта.

Выигрывает команда, игроки которой пробежали всю дистанцию, не разъединившись, и раньше пересекли стартовую черту всей колонной.

Правила.

1. Выбегать можно только по сигналу.
2. Во время бега нельзя разъединять руки. Тот, кто это сделал, должен догнать и снова схватить за пояс впереди бегущего игрока.
3. Все стоящие в колонне должны обогнуть свою стойку. Команде, игрок которой нарушил правила, начисляется штрафное очко.

Гонки поездов

Построение игроков то же, что и в игре «Бег командами». Начинают бег только первые игроки команд. Игрок, вернувшийся к своей команде, соединяется со вторым по очереди игроком и тот, обхватив его за пояс, бежит вместе с ним и огибает стойку. Прибежав к своей колонне, присоединяют третьего игрока и так бегают, пока не присоединится последний игрок колонны. Заканчивается игра, когда вся команда пересечет стартовую линию. Остальные правила те же, что и в предыдущей игре «Бег командами».

Эстафета с прыжками в длину и высоту

Педагогическая задача. Закрепление техники прыжков в длину и в высоту.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды и выстраиваются в колонны по одному параллельно одна другой на расстоянии 3 м одна от другой. Перед впереди стоящими проводят стартовую черту, а в 5–6 м от нее (на площадке можно и дальше) чертят две параллельные черты, образующие коридор шириной 1 – 1,5 м. За дальней линией коридора против каждой команды кладут по мячу. Далее на расстоянии 4–

7 м от матов ставят две стойки напротив команд. На стойки натягивают веревочку для прыжков на высоте 90–110 см (в зависимости от возраста ребят), а за ней кладут 2 мата для приземления.

Ход игры. По команде руководителя: «Приготовиться, внимание, марш!» впередистоящие бегут вперед, перепрыгивают через нарисованный коридор, бегут дальше, выполняют прыжок в высоту через веревочку, приземляются на маты и, обежав стойку, возвращаются обратно в свою колонну, где касаются рукой впереди стоящего. То же выполняют очередные игроки. Прибежавший встает в конец своей колонны, и все делают полшага вперед, с тем, чтобы впередистоящий всегда был у стартовой черты. Это задание выполняют все по очереди. Когда к начинавшему игроку, оказавшемуся опять впереди своей колонны, подбежит последний игрок колонны, он подает своей колонне команду «Смирно!» Все играющие в колонне принимают соответствующее положение.

Побеждает команда, закончившая эстафету раньше и не допустившая ошибок.

Правила.

1. Первые игроки стоят у стартовой черты, не заступая за нее, и начинают бег только по команде.

2. Игроки не должны выходить за стартовую черту навстречу возвращающемуся игроку, иначе они получают штрафное очко.

3. Преодолевая препятствия, нельзя заступать за черту коридора и при прыжке задевать веревочку. Допустивший ошибку получает штрафное очко.

4. Команда, имеющая больше штрафных очков, не может считаться победительницей, если даже закончит игру быстрее. Итоги подводятся, как и во всех эстафетах по очковой системе.

Эстафета с палками и прыжками

Педагогическая задача. Воспитание внимания. Развитие координации и прыгучести.

Подготовка. Для игры требуются две гимнастические палки (или простые палки длиной 1 м каждая).

Все играющие делятся на две равные команды. Каждая команда выстраивается в колонну по одному, и обе колонны становятся параллельно на расстоянии 3–4 м одна от другой. Перед колоннами проводят начальную (стартовую) черту. На расстоянии 10–20 м от начальной черты против каждой колонны ставят по стойке или кладут по какому-либо предмету (мату, набивному мячу и т.п.), на площадке можно воткнуть в землю флажки.

Ход игры. Первые игроки в колоннах получают палки. По сигналу преподавателя игроки с палками бегут до установленного против них предмета, огибают его, возвращаются к себе в колонну, подают второй конец палки очередному игроку.

Держась за концы палки, оба игрока опускают ее вниз и в таком положении, двигаясь вдоль своей колонны, проводят палкой под ногами всех играющих, которые перепрыгивают через нее.

Первый игрок остается в конце колонны, а другой с палкой бежит до конечной цели, огибает ее и возвращается в свою колонну. Здесь он подает один конец палки следующему очередному игроку и так же проводит палкой под ногами всех играющих в его колонне и остается в конце, а партнер бежит к конечной цели и т.д.

Игра заканчивается, когда все играющие примут участие в гребжеке с палкой.

Палка возвращается опять к игроку, начавшему игру, и он поднимает ее вверх.

Победительницей считается команда, все игроки которой выполнили задание и у которой в сумме оказалось больше очков.

Правила.

1. При проведении палкой под ногами, проносящим палку нельзя отрывать от нее рук.

2. Начинать игру каждому можно только, не заступая за стартовую черту.

3. Обязательно надо обогнуть конечный предмет.

4. За каждую ошибку команда получает штрафное очко. Палки в игре можно заменить прыгалками.

Система определения победителя очковая.

Скакуны

Педагогическая задача. Воспитание внимания. Развитие прыгучести.

Подготовка. Очерчивается площадь для игры в форме квадрата 8 x 8 м или прямоугольника

8 x 10 м (размер ее зависит от количества играющих и их физического развития). Играющие делятся на две равные команды, одна – «скакуны», другая – «бегуны». За линией площадки помещаются «скакуны», становясь в шеренгу. С одной стороны шеренги становится капитан команды «скакунов», а с другой – очерчивается место для пленников или ставится для них скамейка. Команда «бегунов» располагается произвольно по всей площадке в пределах ее границы.

Ход игры. Капитан скакунов посылает одного из своей команды в поле. Посланный выскакивает в поле на одной ноге. Его задача – салить игроков другой команды (бегунов), которые спасаются от преследования, бегая на двух ногах. Осаленный игрок идет в плен к скакунам и становится или садится за линией плена. По команде капитана: «Домой!» (через 10–15 секунд) скакун возвращается на свое место в шеренгу, а капитан скакунов или руководитель вызывает следующего скакуна, который выскакивает в поле и начинает, прыгая на одной ноге, ловить бегающих. И так игра продолжается. Каждый раз пойманный идет в плен к соперникам. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки поля не будут переловлены. После этого команды меняются ролями. Игра повторяется.

Побеждает команда, сумевшая в более короткое время переловить всех игроков в поле.

Правила.

1. Скакун выходит в поле только тогда, когда дана команда и предыдущий скакун вернулся к себе в дом.
2. Пойманные игроки сидят в плену до конца игры.
3. За границы площадки выбегать нельзя. Выбежавший считается пойманным.
4. Если скакун, находясь в поле, переменял ногу или оступился, он возвращается в дом.
5. Капитан скакунов также ловит бегунов, выходя в поле по своему усмотрению после вернувшегося скакуна.

Эстафета гусеница

Педагогическая задача. Воспитание согласованности в действиях, развитие прыгучести.

Подготовка. Играющие разбиваются на две команды, и каждая команда делится пополам. Половины обеих команд становятся на одной стороне площадки (зала), две другие – на противоположной на расстоянии 10–15 м. Перед впереди стоящими и в той и в другой половине команд чертят линии старта.

Ход игры. Игроки одной половины команд принимают положение «гусеницы». Каждый игрок, кроме первого, кладет левую руку на левое плечо впереди стоящего в его колонне, а правой рукой поддерживает голенисто-оперечный сустав его правой ноги, согнутой в коленном суставе. В целом вся группа образует гусеницу. По сигналу они начинают продвигаться вперед, прыгая на одной ноге и сохраняя равновесие. Продвигаются они к своей второй половине команды. Как только замыкающий в каждой из этих колонн пересечет противоположную линию, в игру вступают участники второй половины группы, приняв положение гусеницы. Они продвигаются вперед таким же образом. Когда замыкающий второй половины команды пересечет линию старта, игра заканчивается.

Побеждает команда, быстрее выполнившая бег гусеницей, когда замыкающий второй половины команды пересечет линию старта при условии, что ее игроки во время продвижения сохранят положение гусеницы.

Правила.

1. Начинать бег гусеницы можно только по сигналу. Если гусеница выбежит раньше, старт повторяется.

2. Во время продвижения вперед на одной ноге нельзя менять положение, чтобы сохранить равновесие. За ошибки в передвижениях засчитываются штрафные очки.

3. Команда, закончившая раньше другой продвижение гусеницей, но имеющая большее, чем другая, количество штрафных очков, не побеждает. Игра повторяется.

Перетягивание в парах

Педагогическая задача. Развитие силы.

Подготовка. Посредине площадки (зала) вдоль нее чертят линию, справа и слева чертят еще две линии параллельно ей на расстоянии 2–3 м от средней линии. Играющие делятся на две равные команды и строятся около средней линии – одна команда лицом к другой. Желательно, чтобы игроки, стоящие напротив друг друга, были примерно одинаковы по росту и силе.

Ход игры. Игроки, стоящие друг против друга, подходят к средней линии, берутся за руки (желательно за запястье), левые – кладут за спину. По сигналу руководителя игроки начинают тянуть в свою сторону соперников, стараясь перетянуть их за черту, находящуюся за спиной. Перетянутый за черту игрок остается на стороне соперника за чертой до подсчета очков. Игра заканчивается, когда все игроки перетянуты в ту или другую сторону.

Выигрывает команда, сумевшая перетянуть больше игроков. Игру можно усложнить: перетянувшему своего соперника разрешается помогать товарищу по команде, взяв его за пояс, и совместно с ним перетягивать.

Правила.

1. Начинать перетягивать можно только по установленному сигналу. Игрок, начавший перетягивание раньше, считается проигравшим.

2. Перетягивание разрешается только установленным способом: одной рукой, двумя руками, держась двумя руками за плечи, и др.

3. Игрок должен перетянуть своего соперника за линию, находящуюся за его спиной на расстоянии 2–3 м от средней.

4. Перетягивать можно только установленным способом и так, чтобы соперник полностью оказался за линией.

Бег с тачками

Педагогическая задача. Развитие силы мышц плечевого пояса и согласованности в действиях.

Подготовка. Играющие разбиваются на две равные по силам команды, и каждая команда разделяется попарно. Каждая команда становится в колонну по одному. Перед колоннами чертят стартовую линию. В 8–10 м от стартовой линии кладут напротив каждой команды по набивному мячу (или ставят стойки, табуреты, кладут другие предметы) для обозначения места финиша. Один из играющих в первой паре каждой команды принимает положение упора лежа и разводит ноги на ширину плеч. Партнер берет его за ноги и приподнимает их от земли (пола).

Ход игры. По сигналу руководителя первые пары в указанном положении катят «тачки» вперед: кто находится в положении упора, перебирает руками, стремясь передвигаться вперед, а стоящий сзади поддерживает его ноги, помогая ему продвигаться. Когда пара пересечет линию финиша, на которой находятся набивные мячи, игроки меняются ролями и возвращаются обратно. Теперь уже тачкой становится водитель и наоборот. Когда же пара пересечет линию старта, выбегает вторая пара и передвигается таким же способом, как и первая, до финиша и обратно. И так игра продолжается до тех пор, пока не пробежит последняя пара.

Выигрывает команда, все пары которой быстрее закончат пробег с тачками.

Правила.

1. Во время бега нельзя менять установленный способ. В противном случае пара считается проигравшей.

2. Смена ролей в парах происходит только за финишной линией (за мячами, стойками и другими установленными предметами). Если пара повернется раньше, она считается проигравшей.

3. Начинать бег каждой паре можно только тогда, когда предыдущая пара пересечет линию старта.

Перетягивание каната

Педагогическая задача. Развитие силы, согласованности в действиях.

Подготовка. Канат длиной 6–10 м кладут посередине площадки вдоль нее. Середина каната отмечается цветной тряпочкой (ленточкой), а на земле (полу) под серединой каната проводят черту поперек зала (площадки). Параллельно ей с обеих сторон в 2–3 м проводят еще две черты.

Играющие делятся на две команды, равные по количеству и по силам. Каждая команда берет в руки половину каната так, чтобы игроки через одного держали его с одной и с другой стороны. Лучше всего рассчитать их для этого на «первый, второй».

Ход игры. Играющие берутся руками за канат и поднимают его с пола. По свистку руководителя команды начинают тянуть его в свою сторону. Когда канат будет перетянут за линию, параллельную средней, в ту или другую сторону, руководитель останавливает игру условным свистком. Играют несколько раз.

Побеждает команда, которая смогла большее количество раз перетянуть канат на свою сторону.

Если учащихся очень много и размеры площадки позволяют, то перетягивание можно проводить с двумя канатами, разделив играющих на 4 команды. Затем победившие играют между собой для окончательного определения команды-победительницы.

Правила.

1. Начинать тянуть можно только по сигналу (свистку), в противном случае подается новый сигнал. Если два раза подряд команда начала тянуть до сигнала, то она проигрывает.

2. Канат считается перетянутым, если его середина находится в трех метрах от средней линии на любой стороне его. Побеждает команда, перетянувшая канат на свою сторону.

Новое место

Две команды выстраиваются в колонны по одному. На расстоянии 15–20 м от них проводится черта. По сигналу руководителя первые и вторые номера каждой команды, взявшись за руки, бегут за черту. Первые номера остаются на новом месте, а вторые возвращаются, берутся за руки с третьими игроками и опять бегут до черты. Затем остаются вторые номера, а третьи возвращаются, чтобы объединиться с четвертыми, и т.д. Побеждает команда, все игроки которой первыми окажутся на другой стороне.

Бег по кочкам

Перед каждой командой от линии старта до линии финиша на расстоянии 1–1,5 м друг от друга чертят кружки диаметром 30–40 см (по прямой или извилистой линии). По сигналу руководителя первые номера, перепрыгивая из кружка в кружок, добегают до конечной черты, после чего по кратчайшему пути возвращаются обратно и передают эстафетные палочки следующим игрокам. Вручив эстафетную палочку очередному номеру, каждый игрок становится в конец колонны. Выигрывает команда, раньше закончившая игру.

Простые эстафеты с элементами гимнастики

- Бег по гимнастической скамейке.
- Прыжки ноги врозь, гимнастическая скамейка между ногами.
- Проползти по скамейке на четвереньках.
- Добежать до скамейки, лечь на живот, передвигаться при помощи рук.

- Прыжки по скамейке (на скамейку ноги вместе, со скамейки ноги врозь).
- Добежать до скамейки, сесть на неё верхом, передвигаться по скамейке при помощи ног.

Волна

Игра командная. Команды выстраиваются параллельно, игроки в команде стоят колонной в затылок друг другу на расстоянии одного шага от другого. Первые номера в командах кладут перед собой мяч так, чтобы до него можно было сделать один шаг. По сигналу ведущего первый номер, наклонившись вперед, берет руками мяч, поднимает его над головой, и, отклонившись назад как можно дальше, передает мяч стоящему за ним второму номеру команды. Второй номер, наклонившись вперед, принимает мяч и передает его назад через свои широко расставленные ноги. Третий номер передает мяч как первый, четвертый – как второй, мяч путешествует по шеренге игроков поочередно: над головой – под ногами, над головой – под ногами, соеделая волнообразные движения. Побеждает та команда, которая, не сделав ни одной ошибки, не уронив мяч, быстрее сумеет передать мяч от первого номера до последнего.

Ныряй в обруч

Эстафета. Игроки команд по очереди гонят обруч от старта до финиша и при этом стараются как можно чаще проскальзывать в него то с одной стороны, то с другой. Каждый нырок приносит команде один балл, но если обруч упал, то этот балл вычитается, а гонка продолжается с места «аварии».

Простые эстафеты с элементами баскетбола, волейбола, футбола и других спортивных игр

Эстафеты с элементами баскетбола

1. Ведение мяча бегом. В одну сторону правой рукой, обратно левой.
2. «Передал, садись». Передача мяча от груди двумя руками. Капитан с мячом стоит напротив своей команды, передаёт мяч первому участнику, тот, выполнив передачу, приседает. Капитан поочередно выполняет передачи всем участникам.
3. Ведение мяча спиной вперед удобной для участника рукой.
4. «Прокати мяч». Катить мяч по полу рядом с собой одной рукой до поворотной стойки, обратно бегом с мячом в руках.
5. Прыжки на двух ногах с ведением мяча. Ведение мяча удобной рукой.
6. Бег с двумя баскетбольными мячами.

Эстафета с элементами хоккея

Участники команд выстраиваются в колонны по одному. Перед каждой командой в 10—12 м ставят по флажку (или стулу). Первые номера в командах получают по клюшке и шайбе. По сигналу они должны, подбивая шайбу клюшкой, обвести ее вокруг флажка и вернуть обратно к линии старта. Затем клюшка передается второму игроку, который, в свою очередь, обводит шайбу вокруг флажка, и т. д. Побеждает команда, первая завершившая игру.

Змейка

Играющие делятся на две команды по 8-10 человек. Каждая из них становится колонной по одному против ряда флажков, кеглей. Головные – с клюшками в руках. Перед собой они кладут на пол хоккейные шайбы. Участники игры поочередно должны провести шайбу зигзагообразно между кеглями, таким же образом возвратиться на старт.

Эстафета с элементами футбола

Педагогическая задача. Обучение технике ведения мяча и передачи. Развитие быстроты и ловкости.

Подготовка. Играющие делятся на две команды. Каждая команда выстраивается в колонну по одному, параллельно одна другой, на расстоянии не менее 3 м. Перед впереди стоящими игроками в колоннах проводят стартовую черту. На расстоянии 8–15 м

от нее ставят в ряд по три булавы (кегли) с интервалом 2–3 м одна от другой. Перед впереди стоящими в колоннах игроками на стартовую черту кладут по футбольному мячу (за неимением футбольных мячей их можно заменить баскетбольными или волейбольными).

Ход игры. По сигналу руководителя впереди стоящие игроки ударяют ногой по мячу и ведут его по земле до первой булавы, огибают ее справа, подходят, ведя мяч по земле, ко второй булаве, огибают ее слева, далее ведут мяч к третьей булаве, огибают ее справа и таким же путем ведут мяч обратно. Возвращаются к своей команде и с установленного места ударом ноги по мячу передают его следующим участникам. Передав мяч, идут в конец своей колонны. Получившие мяч, ведут его ногой так же, как и первые игроки. Так игра идет до тех пор, пока все играющие не примут участия в ведении мяча ногой.

Победительницей считается команда, набравшая больше очков. Итоги подводятся по правилам игр-эстафет.

Правила.

1. Игру можно начинать только по сигналу руководителя.
2. Участник, принимающий мяч, не может выбегать за линию старта, пока не получит мяч от предыдущего игрока.
3. Во время ведения мяча по земле нельзя ронять булавы. Если игрок сбил булаву, он должен поставить ее на место и только тогда продолжать вести мяч.
4. Во время ведения мяча можно ударять его правой и левой ногой.
5. Игрок, упустивший мяч во время ведения, должен вернуть его на место потери и продолжать ведение.
6. За все ошибки команде начисляются штрафные очки.

Передача мяча в колоннах

Педагогическая задача. Развитие гибкости, координационных способностей, навыков владения мячом.

Подготовка. Играющие разделяются на 2–4 равные команды. Каждая команда выстраивается в колонну по одному, одна параллельно другой. У впереди стоящих в колоннах – по мячу.

Ход игры. По сигналу руководителя впереди стоящие игроки передают мяч над головой стоящим сзади них. Тем же образом передают мяч стоящим сзади и так до конца колонны. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от своей колонны, становится первым в колонне и передает мяч назад над головой. Так продолжается до тех пор, пока игрок, начавший игру, не возвратится на свое прежнее место в колонне. Вернувшись на свое прежнее место, он поднимает мяч вверх и дает команду своей колонне: «Смирно!» Вся группа принимает положение «смирно».

Побеждает команда, закончившая игру первой с меньшим числом штрафных очков.

Правила.

1. Передавать мяч можно только своему соседу. Не разрешается перебрасывать мяч через несколько игроков. За нарушение этого правила команде записываются штрафные очки по количеству пропущенных игроков.
2. Игрок, уронивший мяч, должен сам поднять его, встать на место и передавать мяч сзади стоящему.
3. Каждый раз, как только последний игрок перебежит на первое место, вся колонна передвигается на полшага назад.

Передача мяча под ногами

Построение то же, что и в предыдущей игре, но расстояние между игроками – полтора шага. Мяч передают или перекатывают под широко расставленными ногами. Мяч можно прокатить сразу от начала до конца колонны. Если мяч выкатится, то игрок, перед которым это произошло, должен взять мяч, возвратиться на свое место и прокатить его дальше.

Комбинированная передача мяча. Построение то же, что и в предыдущих играх – передача мяча. Начинают игру, передавая мяч соседу над головой. Передавший мяч сразу поворачивается кругом и широко расставляет ноги. Последний игрок в колонне, получив мяч, поворачивается кругом и прокатывает или передает мяч под ногами всех игроков своей колонны. На протяжении игры все остаются на своих местах. Передача производится 3–4 раза подряд (по договоренности), после этого выявляется победитель.

Правила. Все виды передач остаются те же, что и в передаче «мяча над головой».

Эстафета с ведением и броском мяча в корзину

Педагогическая задача. Обучение ведению мяча и технике броска в корзину. Развитие быстроты и ловкости.

Подготовка. Игра проводится на баскетбольной площадке. Играющие делятся на две равные команды и выстраиваются одна напротив другой у боковых линий в правом углу. Стартовой чертой служит лицевая линия. Впередистоящие игроки встают у стартовой черты и получают по мячу. Остальные стоят сбоку от них за боковой линией.

Ход игры. По команде руководителя: «Внимание, марш!» первые игроки бегут вперед, ударяя мяч об пол, добегают до щитов, стоящих на противоположной стороне, ударяют мячом о щит или забрасывают мяч в корзину (по договоренности), возвращаются обратно, также ведя мяч ударами о пол (землю) до середины баскетбольной площадки, откуда передают мяч очередному игроку. Следующие игроки в командах переходят на стартовую черту (у лицевой линии), и, поймав мяч, выполняют то же задание.

Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не выполнят установленного задания.

Выигрывает команда, быстрее закончившая игру, допустившая меньше ошибок или не имевшая их совсем. Если команда закончила игру позже, но допустила значительно меньше ошибок, то она считается победительницей, то есть подводятся итоги по правилам игр-эстафет.

Правила.

1. Первым игрокам не разрешается выбегать до сигнала, а последующим – до ловли мяча от предыдущего.

2. С мячом бежать нельзя, его следует вести ударами о пол.

3. Если по договоренности надо попасть мячом в корзину, то игрок не имеет права бежать до тех пор, пока не выполнит это задание.

4. Возвращаясь обратно, он может передать мяч игроку своей команды только с установленного места.

5. Штрафные очки за ошибки подсчитываются в конце игры.

Задания в такой эстафете могут быть разные: по пути бегущего ставят булавы (кегли), и игрок должен ударами мячом об пол обвести мяч вокруг них, а затем бросить мяч в корзину или щит; игрок, добежавший до щита, может погнаться бросить мяч один раз в корзину (попадание засчитывается как очко). В этом случае выигрывает команда, заработавшая больше очков. Выполняют задание парами: пары из каждой команды, передавая мяч на бегу друг другу, добегают до щита, бросают мяч в корзину до попадания и только после этого возвращаются обратно, также передавая мяч друг другу. В данном задании засчитывается и попадание, и правильность передач без пробежек. Возможны и другие задания.

Комбинированные эстафеты

Эстафета с мячом и скакалкой

Команда стоит в колонну по одному. У первого участника в руках мяч, у второго – скакалка. Первый ведет мяч до фишки и возвращается в команду, затем отдает мяч третьему игроку. Второй бежит до фишки на скакалке и возвращается в команду. Затем отдает скакалку четвертому игроку и т.д. как только все участники команды примут участие в эстафете игру можно считать оконченной.

Мяч на ракетке

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого игрока мяч и теннисная ракетка. Его задача пронести мяч на ракетке до фишки и обратно, а затем передать мяч с ракеткой следующему участнику. Как только все участники команды выполнили это задание эстафету можно считать оконченной.

Эстафета с обручами

Команда стоит в колонну по одному. Задача каждого игрока пролезть через два обруча, обогнуть фишку и вернуться в команду. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Переправа

По сигналу судьи игроки начинают переправляться до другого берега при помощи двух обручей (перекладывая их вперёд и используя их как опоры до поворотной стойки), оббегают стойку и отдают два обруча следующему участнику. Выигрывает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Веселые эстафеты

Бег раков

Эстафета проводится в колоннах. Первые участники садятся на пол, опираясь руками сзади, спиной вперёд. По сигналу они устремляются вперёд, оторвав от пола таз и перебирая руками и ногами, до стойки, обратно без задания. Следующий участник вступает в борьбу тогда, когда финиширует его предшественник).

Паучок и другие

Команда стоит в колонну по одному. Каждый из участников должен принять исходное положение (согласно названию животного) и в таком положении дойти до фишки. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Собачка - бег на коленях с опорой руками впереди.

Краб - передвижение в седе боком на руках и ногах.

Воробей - прыжки на двух, ноги вместе.

Лягушка - прыжки в приседе.

Ящерица - ползание по пластунски.

Рак - передвижение в седе вперед на руках и ногах.

Цапля - прыжки на одной, другая придерживается сзади.

Гусь - бег в глубоком приседе.

Зайчик - прыжки на двух с опорой на руки.

Страус - бег на прямых ногах, руками обхватить голень.

Каракатица - передвижение в седе спиной вперед с опорой руками.

Кенгуру

Команда стоит в колонну по одному. Мяч находится у первого участника между коленками. Задача каждого игрока допрыгать до фишки и вернуться в команду. При этом мяч терять нельзя. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Китайские палочки

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого участника две палочки и воздушный шарик. Его задача пронести шарик до фишки, вернуться в команду и передать реквизит следующему игроку. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Сиамские близнецы

Команда стоит парами. Левая и правая ноги участников связаны веревкой. Их задача добежать до фишки и обратно. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Скорый поезд

В 6—7 м от каждой команды ставят флажки. По команде «Марш!» первые игроки быстрым шагом (бежать запрещается) направляются к своим флажкам, обгибают их и возвращаются в колонны, где к ним присоединяются вторые по счету игроки, и вместе они снова проделывают тот же путь и т.д. Играющие держат друг друга за локти и во время ходьбы двигают руками наподобие паровозного шатуна. Когда передний игрок — паровоз — возвратится на место с полным составом, он должен подать протяжный гудок. Выигрывает команда, первой прибывшая на станцию.

Крокодильчик

Пять - шесть участников каждой команды выстраиваются друг за другом в ряд. Между каждым участником зажимается мяч, который можно держать только спиной и грудью, но не руками. И в этом случае нужно опять-таки как можно быстрее добежать до цели. Точнее доползти, как крокодильчик.

Ночное ориентирование

На расстоянии 10 метров от старта устанавливается табуретка и первым участникам закрываются глаза. По сигналу они должны дойти или добежать до табурета, обойти его и, вернувшись по команде, передать эстафету следующим участникам, которые уже стоят с завязанными глазами. И так вся команда. Во время движения команда может помогать своим участникам возгласами: «правее», «левее», «вперед», «назад». А поскольку кричат одновременно все команды, игрок должен разобрать, какие призывы относятся именно к нему. Когда на линию старта возвращается последний игрок, для всей команды наступает «день». Для кого «день» наступит раньше, те и победили.

Не хуже кенгуру

Нужно пробежать, а вернее - пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями теннисный мяч или спичечный коробок. Время засекают по часам. Если мяч или коробок падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает бег. Побеждает показавший лучшее время.

Стрельба из лука

Мишенью будет обыкновенное ведро, а луком - обычный репчатый лук. Ведро-мишень нужно установить на 5 метров дальше финиша. Луковицы уложите на финишной черте, их число должно соответствовать количеству участников. Участник № 1 по сигналу начинает движение от старта к финишу. Прибежав к финишной черте, он берет луковицу и бросает ее, стараясь попасть в ведро. После броска он бежит к своей команде, чтобы передать эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее и точнее забросит луковицы в ведро (для удобства определения результата за каждое точное попадание можно давать команде дополнительное очко).

Перепись населения

Соревнуются команды по принципу эстафеты. Участники бегут туда, где лежит лист бумаги и толстый маркер. Добежавший записывает имя любого участника своей команды (кроме себя и уже записанных) и, взяв маркер, бежит обратно, передает его другому участнику. Очень забавно, как последние игроки усиленно вспоминают, чье имя еще не записано. Игра позволяет лучше запомнить имена в новой компании.

Официанты

Двум командам выдается по круглому подносу и 15-20 пустых пластиковых бутылок разного объема. Первый игрок берет поднос одной рукой, ставит на него одну бутылку, вторую руку убирает за спину и начинает движение к столу, находящемуся в противоположном конце помещения. Дойдя до стола, «официант» ставит бутылку и с подносом бегом возвращается к команде. Второй игрок повторяет эти действия. Рукой придерживать бутылку запрещается. При падении бутылки игрок возвращается к команде и берет другую. Побеждает команда, быстрее «обслужившая» свой столик.

Книжные гонки

Для проведения эстафеты требуются два небольших мяча и две книги. Формируются две команды и выстраиваются на стартовой линии. Каждый игрок команды участвует в гонках, зажав мяч между коленями и положив книгу на голову. Если книга падает,

участник гонок останавливается, кладет книгу на голову и продолжает движение. Побеждает быстрее команда.

Картошка в ложке

Надо пробежать определенное расстояние, держа в выпянутой руке ложку с большой картофелиной. Бегут по очереди. Время бега засекают по часам. Если картофелина упала, ее кладут обратно и продолжают бег. Бежать без картофелины нельзя! Побеждает показавший лучшее время. Еще увлекательнее состязание команд.

Гонг, гонг...

Половина участников команды выстраиваются в колонну у линии старта, вторая половина — у финиша. Первые игроки в каждой группе держат по крышке от кастрюли. По сигналу они бегут навстречу друг другу, ударяют крышкой о крышку и возвращаются назад, передавая крышку следующему игроку. Побеждает команда, оказавшаяся быстрее.

Туристические забеги

Оборудование: два рюкзака, две мягких игрушки средних размеров, две карты и мелкие предметы (по 2 шт.), которые можно положить в рюкзак — ручки, компасы, мыло, фонарики и т.д. Формируются две команды, которые получают по собранному рюкзаку. Команды выстраиваются на старте, первый игрок бежит до финишной отметки, где снимает рюкзак, вынимает из него все содержимое, разворачивает карту, отмечает на ней заранее определенный населенный пункт, сворачивает карту, загружает все в рюкзак и отправляется назад. Все участники команды должны исходить на карте различные географические объекты. Побеждает команда, которая быстрее закончила эстафету.

Почтальон на коне

Две команды почтальонов выстраиваются на старте, и по команде садятся на палку и зажимают воздушный шар между коленями (получается «конь»), надевают шляпу и берут в руку мешок «почты». Стараясь ничего не уронить, игроки движутся до поворотной фишки и возвращаются обратно, чтобы передать почту следующему почтальону. Если игрок теряет хоть один атрибут, он останавливается, экипируется и только потом продолжает движение. Побеждает команда, которая быстрее доставит почту.

Подводное плавание

Для каждой команды — пара ласт и стакан воды. Первый участник встает на линию старта, надевает на ноги ласты, берет в руку стакан с водой и поднимает его над головой, оказываясь таким образом «под водой». По сигналу начинается движение вперед. Совершив положенный путь, первый «подводник» передает ласты и стакан следующему. Если по ходу движения вода из стакана расплескалась, ее нужно добавить.

Метр за метром

Для эстафеты понадобятся две метровые палки. Команды получают по палке, «измерительному инструменту», и первый игрок начинает движение, перекладывая палку по земле — «измеряя» дистанцию. Поскольку длина дистанции известна, то палка должна быть переложена определенное количество раз. Обратно игрок возвращается бегом. Побеждает команда, чьи участники быстрее «измерили» дистанцию.

Кошкин дом

Для игры необходимы две команды по 6 человек, 12 ведер, 2 калоши. Помогая кошке «тушить пожар», первый игрок в команде берет ведро, надевает калошу, добегают до «пожара» (фишки), выливают воду (переворачивают ведро и ставят вверх дном), возвращаются назад, передают калошу следующему игроку. Из ведер должна получиться пирамида. Пока команды «тушат пожар», ведущий читает отрывок из книги С. Маршака: «Тили-бом, тили-бом! Загорелся кошekin дом!...» После окончания эстафеты командам можно задать вопрос: какие животные тушили пожар?

Времена года

Две команды: «Подснежник» и «Ручеек». Первый этап: наступила весна, бегут ручьи, нужно срочно убрать снег. Игрокам необходимо сбросить снежки (из ваты или обыкновенные маленькие мячики) в ведра, стоящие на расстоянии трех метров. Чья команда быстрее? Второй этап: снег убран, появились первые подснежники (бумажные цветы на проволочках втыкаются в пластилиновые шарики и приклеиваются к полу).

Игрок бежит, срывает один подснежник, возвращается к своей команде и т.д. Чья команда вперед соберет букет - та и выиграла. Если получится ничья, то проводится третий этап. Наступило лето, ярко светит солнце, все ходят на пляж загорать. Первым игрокам выдается по листу с нарисованным на нем солнцем. Участник с солнышком в руке добегают до финиша, садятся на стул, говорят, глядя на рисунок: "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья". Возвращается, передает солнце следующему игроку; выигрывает команда, первая поднявшая высоко солнце по завершению эстафеты.

Бобовая эстафета

Для проведения эстафеты понадобятся два небольших мешочка с бобами. Две команды выстраиваются на линии старта, справа от первого игрока каждой команды лежит на стуле подготовленный мешочек. Первые игроки захватывают мешочек с бобами подбородком без помощи рук, пробегают дистанцию и возвращаются обратно, мешочек опускают на стул. Затем следующий игрок берет мешочек подбородком и бежит в свою очередь. Побеждает наиболее ловкая и быстрая команда.

Змей Горыныч

Предложите участникам конкурс на самого быстрого Змея Горыныча. Сделать Змея Горыныча несложно. Трое участников встают рядом, кладут руки на пояс или на плечи друг другу. Ноги участника, стоящего в середине, связываются с ногами партнеров, стоящих по бокам. Получается в общей сложности четыре ноги. По сигналу Змей Горыныч начинает движение, причем крайние участники машут руками, как крыльями. Добежав, доскакав, долетев до финиша, тройка разворачивается, возвращается и передает эстафету следующим участникам. Ноги всем тройкам лучше связать до начала эстафеты.

Викторины

Для учащихся 1-2 классов

1. Какие физические упражнения выполняли первобытные люди? (прыгали, бегали, бросали)
2. В каком городе устраивались Олимпийские игры: Афины, Олимпия? (Олимпия)
3. Что в себя включает спорт? (тренировки, соревнования)
4. Как звучит девиз Олимпийских игр:
 - a. «быстрее, выше, сильнее»
 - b. «быстрее, дальше, выше»
 - c. «спорт, здоровье, радость»
5. Что является Олимпийским символом:
 - a. медали
 - b. пять переплетенных колец
6. Что представляет из себя:
 - a. олимпийская эмблема (пять колец)
 - b. олимпийский флаг (белое полотнище с кольцами)
 - c. талисман олимпийских игр (изображение любого животного и т.д.).
7. Начало пути к финишу? (старт)
8. Инструмент спортивного судьи? (свисток)
9. Ее просят лыжники? (лыжню)
10. «Бородатый» спортивный снаряд? (козел)
11. Предки кроссовок? (кеды)
12. Родина олимпийских игр. Ответ: Древняя Греция.
13. Площадка для бокса. Ответ: Ринг.
14. Бечевка на луке для стрельбы. Ответ: Тетива.
15. Клетчатая прозрачная стенка на корте. Ответ: Сетка.
16. Часть игры в футбол. Ответ: Тайм.
17. Начало бега. Ответ: Старт.

18. Спортивное колющее оружие с клинком прямоугольного сечения. Ответ: Рапира.
19. Сигнал к началу боксерского поединка. Ответ: Гонг.
20. Чистая победа в боксе. Ответ: Нокаут.
21. Шахматная королева. Ответ: Ферзь.
22. Имеет два конца и ни одного начала. Ответ: Палка.
23. Гимнасты в цирке. Ответ: Акробаты.
24. Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета. Ответ: Австралия.
25. Спортивное соревнование, состоящее из двух видов упражнений. Ответ: Двоеборье.
26. Бой один на один. Ответ: Единоборство.
27. Танцор на льду. (Фигурист)
28. Спортсмен, который ходит сидя. (Шахматист)
29. Летающий участник бадминтона. (Волачик)
30. Ее должен взять прыгун. (Высоту)

Для учащихся 3-4 классов

Вопросы:

1. Сколько лет должно пройти от одной зимней олимпиады до другой?
2. При какой температуре воздуха можно заливать каток?
3. Из чего были сделаны самые первые коньки?
4. Какой массы женское ядро?
5. Молот метают на дальность или на высоту?
6. Сколько попыток дается спортсмену для прыжка в высоту с разбега на каждом новом уровне планки?
7. На соревнованиях по прыжкам в воду спортсмены прыгают с трамплинов и вышек. Какой из этих снарядов имеет высоту 1 м?
8. Спортивные соревнования по фехтованию проходят на шпагах, саблях и Какого оружия не хватает?
9. Что крепится на оба конца грифа штанги для увеличения ее тяжести?
10. В какой спортивной дисциплине используется предмет, состоящий из: рукояти, плеч и тетивы?
11. Включены ли соревнования по шахматам в Олимпийские игры?
12. Что такое «буллит»?
13. В каком месте футбольного поля стоит голкипер?
14. Возможен ли в баскетболе исход игры «ничья»?
15. Какой вид спорта совместил в себе лыжную гонку и стрельбу из винтовки?
16. Для чего в боксе нужны перчатки?
17. Конкур – это преодоление препятствий на лошади или конные пробеги на определенную дистанцию?
18. Участвуют ли женщины в соревнованиях по прыжкам с трамплина?
19. В каком виде спорта спортсмены спускаются по ледяному желобу на санях?
20. Сколько игроков входит в волейбольную команду?

Ответы:

1. Четыре года. 2. Не выше нуля. 3. Из костей. 4. Четыре кг. 5. На дальность. 6. Три.
7. Трамплин. 8. Рапиры. 9. Диски. 10. А стрельбе из лука. 11. Нет. 12. В хоккее с шайбой штрафной бросок. 13. На воротах. 14. Нет. 15. Биатлон. 16. Чтобы руки не травмировать.
17. Преодоление препятствий. 18. Да, с 2010 года. 19. Бобслей. 20. Шесть.

Вопросы:

1. Что за спортивная игра, у которой мяч, сетка и две команды?
2. При игре в теннис в нее нельзя попадать мячом.
3. Футбольная команда состоит, из какого количества игроков?

4. Играют ли в хоккей на роликах?
5. В старину, надевая на ноги, их называли «скороходами». А как называют их сейчас?
6. Ручные ускорители байдарок, каноэ и других безмоторных лодок.
7. Начало дистанции – это «старт», а конец ее?
8. Для этой спортивной игры обязательно нужна корзина.
9. Есть ли на эмблеме Олимпийских игр кольцо коричневого цвета?
10. Каким видам спорта запрещено участвовать в Олимпийских играх?
11. Как называют молодых спортсменов?
12. Выступают ли мужчины в синхронном плавании?
13. Как называется площадка для бокса?
14. Партия в теннисе.
15. Что стремятся установить спортсмены на соревнованиях?
16. Проходят ли соревнования по прыжкам с трамплина на лыжах летом, когда нет снега?
17. Какие три слова составляют девиз Олимпиады?
18. Страна, подарившая миру дзюдо.
19. Передача мяча в спортивных играх.
20. Сколько дней длятся зимние Олимпийские игры?

Ответы:

1. Волейбол. 2. Сетка. 3. Из 11 игроков. 4. Да. 5. Коньки. 6. Весла. 7. Финиш. 8. Для баскетбола. 9. Нет. 10. Техническим, например, автогонкам и мотогонкам. 11. Юниоры. 12. Нет. 13. Ринг. 14. Сет. 15. Рекорды. 16. Да. Вместо снега специальное покрытие. 17. Быстрее, выше, сильнее. 18. Япония. 19. Пас. 20. Десять дней.

13.1. Учебно - тематический план.

№	Тема	Общее кол - во часов
1.	Эстафеты простые:	30
	• с элементами легкой атлетики	10
	• с элементами гимнастики	10
	• с элементами баскетбола, волейбола, футбола и других спортивных игр	10
2.	Комбинированные эстафеты	18
3.	Веселые эстафеты	17
4.	Викторины	3
Итого:		68

13.3. Планируемые результаты.

По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:

- Укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию.
- Содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениям и совершенствованием их.
- Воспитывать у детей необходимые морально-волевые (настойчивость, выдержка, взаимопомощь) и физические качества (сила, ловкость, быстрота, выносливость).

- Прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми
- Способствовать воспитанию дружбы, честности, коллективизма, сознательной дисциплины.

Личностные результаты

- оценивать свои действия и согласовывать их с действиями своих одноклассников;
- умение выражать свои эмоции;
- сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы в команде;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками, учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя).

2. Комплекс организационно - педагогических условий.

2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются: результативность обучения определяется умением играть и проводить игры-эстафеты, в том числе и на различных мероприятиях:

- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности

Методическое обеспечение программы.

Методы и формы обучения.

При подборе игр-эстафет необходимо учитывать:

- Педагогические задачи, которые будут решаться в играх-эстафетах.
- Состав команд по количеству участников, по двигательным способностям, по возрасту и полу.
- Уровень физической подготовленности детей.
- Условия и место проведения игры-эстафеты: размеры зала или площадки, наличие инвентаря.
- Состояние участников: характер их деятельности перед игрой-эстафетой и непосредственно после эстафеты.

Обязательные условия проведения эстафет:

1. Комплектование команд: количество участников в командах должно быть одинаковым. Оптимальное количество игроков в командах – 6-8 человек. Желательно, чтобы число мальчиков и девочек в командах было одинаковым.
2. Выбор (назначение) капитанов команд, которые отвечают за поведение всей команды в целом и отдельно играющих.
3. Выбор (назначение) помощников руководителя эстафеты – ученики, выбранные руководителем для наблюдения за соблюдением правил, учета результатов игры. Помощники имеют право вернуть игрока на линию старта, чтобы повторить действие, если он нарушил установленные правила.
4. Объяснение правил соревнований должны быть четкими, краткими и понятными для детей. Перед началом соревнований (особенно с младшими школьниками), необходимо провести репетицию без зачета результатов, для того чтобы каждый хорошо усвоил то, что от него требуется, и приспособился к игре.
5. Одна игра-эстафета может быть использована на 2-3-х занятиях подряд, затем на последующих занятиях используются более сложные ее варианты со сменой способа передвижения или с использованием другого оборудования, или при другом варианте построения команд, или при нетрадиционном делении зала.
6. В зависимости от возрастной группы участников в эстафетах можно варьировать длиной этапа и сложностью упражнений (сокращать дистанции для перебежек, уменьшать число повторений в игре и т.п.). В процессе игры - эстафеты нагрузка дозируется уменьшением или увеличением моторной плотности. Изменять нагрузку можно устраивая кратковременные перерывы, используя их для разбора ошибок, подсчета очков, уточнения правил, назначения помощников.

7. По окончании эстафеты подводятся итоги и оценка игры-эстафеты: места в каждой эстафете распределяются по наименьшему времени, показанному командами. Победитель в соревнованиях «Веселые старты» определяется по наименьшей сумме мест, занятых командами в эстафетах.

5. Условия реализации программы.

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселые старты» необходимо:

Материально-техническое обеспечение занятий

- мячи,
- скакалки,
- обручи,
- гимнастические палки,
- кегли,
- ракетки,
- канат,
- гимнастические скамейки,
- стенки,
- маты,
- воздушные шары.
- корзины,
- ведра

Кроме этого имеется дидактико-методическое оснащение:

Учебники по физической культуре. Методические пособия по веселым-стартам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Разработанные и утверждённые тесты, и т.п.

Описание эстафет

Эстафета "Спортивная ходьба"

Участники, делая шаг, пятку одной ноги должны вплотную приставить к носку другой. То есть с каждым шагом участники будут передвигаться вперед только на длину подошвы их обуви. Дошли до обруча, который лежит на дистанции 8 метров, взяли мяч, который лежит в кругу, и таким же шагом назад. Передали мяч следующему участнику, который должен положить мяч в круг, и стали в конец колонны. Так до последнего человека. Кто нарушает правила, начинает дистанцию с самого начала.

Эстафета "Бег с мячом"

Два участника одной команды становятся друг против друга и зажимают лбами большой мяч. Затем нужно постараться как можно быстрее добежать до обруча, не уронив его. Обруч нужно оббежать и в таком же положении вернуться к своим друзьям. Передаете мяч, и следующая пара повторяет весь маршрут. Если у кого-то падает мяч, нужно вернуться на начало маршрута.

Эстафета "Стрельба"

Мишенью будет служить обычное ведро, в которое участники станут метать тенесные мячи. Участнику каждой команды вручается по три мяча. Ведро-мишень установлено на расстоянии 5 метров от финишной черты. По сигналу первый игрок подходит к финишной черте и бросает мячи, стремясь попасть в ведро. За ним подходит следующий игрок, и так по очереди. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету и которая больше забросит мячей.

Эстафета "Толкание ядра"

Для ядра мы взяли газету и скомкали ее, чтобы получился плотный небольшой ком. Теперь вспомните, как толкают ядро спортсмены: берут его в одну руку, плотно прижимают к плечу, а затем рука распрямляется так, чтобы все усилие шло на ядро, которое надо вытолкнуть. Вы делаете точно так же. Первый игрок начинает с финишной прямой. Второй игрок подбегает к тому месту, где ядро упало, и становится так, чтобы пальцы ног касались ядра, - это и будет его исходная позиция, с нее он будет бросать ядро. Таким образом поступают и все остальные участники. В итоге, когда последний участник отбегает ядро, и чье ядро будет дальше, тот и победил.

Эстафета с мячом

Каждой команде вручается мяч. По команде вы зажимаете мяч между ног прыгаете или бежите, как у вас получится, до обруча. Кладете мяч в обруч и бежите обратно. Следующий участник добегают до обруча, зажимает мяч между ног и уже бежите с ним обратно к команде. И так до последнего участника. Кто первый закончит, тот и победил. Если мяч выронил кто-то, то начинает все сначала.

Забег сороконожек

Предстоящий забег необычен тем, что в нем участвует вся команда. Обхватив впереди стоящего игрока руками за талию, бегут за ведущим до назначенного места, например, той же импровизированной горы. Оббегают ее и возвращаются назад. Очень важно при этом не столкнуться лбами с командой соперников и не споткнуться и не устроить «кучу малу».

Та команда сороконожек, которая без промедления и заминок обойдет «гору» и вернется первой назад, на исходную позицию, считается по праву победительницей.

«Мячики-скакалки»

Задание заключается в следующем: впереди стоящие игроки команд по сигналу должны допрыгать с мячиком, зажатым щиколотками ног, до финиша; поменять мяч на прыгалку и вернуться к команде, передвигаясь прыжками через прыгалку. Следующие игроки команд принимают эстафету и прыгают до финиша через скакалку. Далее меняют ее на мяч и

возвращаются с мячом, зажатым между щиколоток. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Эстафета с мячом

Состязание заключается в следующем: команды строятся в ряд. Первые игроки передают мяч следующим до тех пор, пока он не попадет к последним. Последние игроки, обегая каждый свою цепочку, становятся во главе своих команд и передают мяч к игрокам, стоящим за ними. Мяч вновь попадает последнему игроку цепочки, который также должен ее обегать и стать во главе команды и так далее. Выигрывает та команда, игроки которой раньше поменялись местами.

Эстафета с бегом

Один из игроков каждой команды придерживает вертикально стоящий на земле обруч. По сигналу остальные игроки команды должны проскочить сквозь обруч. Команда, быстрее справившаяся с заданием, считается победительницей.

Продень обруч

На расстоянии 15 - 20 м от линии старта лежит обруч. Задача - добежать до обруча, продеть его через себя, быстро вернуться обратно и передать эстафету касанием ладони о ладонь.

Посадка картофеля

5 обручей последовательно раскладываются на полу, участнику выдаётся пакет с пятью картошками (картофель могут имитировать малые мячи). Задача: первый участник раскладывает картошку в «лунки» (обручи), второй участник собирает картошку в пакет.

Собери урожай

Картошка высыпается в середину штрафного круга.

Задача: по сигналу первый участник подбегает, берёт одну картошку, кладёт её в пакет, передаёт следующему. Необходимо собрать больше картошки, чем соперники. Каждый участник может брать только одну картошку.

Донеси мяч

У участника в руках два волейбольных мяча. Задача: добежать до стойки, обогнуть её, вернуться назад и передать мячи следующему участнику эстафеты.

Прокати мяч

Команда строится в колонну поближе друг к другу, ноги врозь. У последнего участника мяч.

Задача: прокатить мяч между ног у членов всей команды. Первый участник ловит его, бежит до стойки, обегает её, возвращается обратно, встаёт в конец колонны и снова прокатывает мяч и т.д.

Передай мяч

Команда стоит в колонне, руки у всех подняты вверх. У первого участника мяч.

Задача: передача мяча друг другу не опуская рук вниз. Последний участник получив мяч, бежит до стойки, обегает её, возвращается обратно, встаёт вперёд колонны и вновь выполняет передачу мяча.

ГО
А

ель:
вич
ния

Амокат

Команде выдаётся обруч и мяч. Задача: прокатить мяч обручем до стойки и обратно.

Уравей

Команда стоит в колонне. Задача: участник находится в исходном положении упор присев сзади, на животе лежит мяч. Участник передвигается до стойки, поднимается и бежит обратно с мячом в руках, передаёт мяч следующему участнику эстафеты.

Чёлка

Команде выдаётся баскетбольный мяч, участник зажимает его коленями. Задача: допрыгать с мячом до стойки, назад бежать с мячом в руках.

Мейка

Напротив команды последовательно располагается 5 стоек, в конце лежит обруч. Задача: обежать стойки змейкой, продеть обруч через себя, вернуться обратно по прямой.

Выбираем друга в школу

Выбираете игрока, которого вы должны собрать в школу. Каждый игрок бежит к финишу, берёт только одну вещь, возвращается обратно, бежит следующему. В это время остальные игроки помогают надеть принесённую вещь на игрока. Когда все вещи одеты, выбранный игрок бежит до финиша и возвращается обратно. (Вещи: куртка, 2 варежки, шарф, шапка, зонт, портфель)

Бег в одной связке с другом

Дети становятся парами спина к спине и захватывают друг друга локтями. Созданной парой они бегут к стойке. На пути оббегают вокруг обруча, вокруг стойки и возвращаются назад тем же путём. На бегу нельзя расцепляться и падать. Если упали, встать и продолжить бег с того же места.

По грибы

Подготовка: для данной эстафеты заранее вырезаются грибы, которые можно раскрасить по желанию, в зависимости от количества команд необходимо подготовить корзинки.

Учащиеся строятся в колонну по одному. Перед командами на протяжении всего пути разложены грибы, а в конце дистанции стоят корзинки. По сигналу преподавателя направляющие бегут по дистанции, берут гриб и относят его в корзину. После чего возвращаются к своим командам. Последний игрок каждой команды берет корзину с грибами. Побеждает команда первая закончившая эстафету.

Ежики

Подготовка: для каждой команды готовится половина яблока или картошки, спички, для всех участников один образец ежика который состоит из половинки яблока(картошки), в которое воткнуты спички.

Проведение: учащиеся располагаются в колонну по одному. Преподаватель показывает командам образец ежика, которого они должны сделать. По сигналу преподавателя учащиеся по очереди подбегают к месту, где находятся составные части ежика. Каждый игрок имеет право воткнуть в

ГО
А

тель:
вич
ания

яблоко только одну спичку, после чего он возвращается к своей команде. Побеждает команда первая собравшая ежа.

Обведи кегли

Команды строятся в колонну по одному. У направляющего в руках мяч и обруч. По команде учителя направляющие начинают катить мяч обручем обводя при этом кегли. Обрато возвращаются просто бегом. Побеждает команда первая закончившая эстафету.

Найди свой номер

Подготовка: заранее из плотной бумаги вырезаются круги, диаметром 10-12 см. С одной стороны пишется номер другая сторона просто разукрашивается.

Проведение: учащиеся строятся в колонну по одному и рассчитываются по порядку. Перед ними на определенном расстоянии лежат обручи, в которых находятся цветные круги, с обратной стороны которых написаны номера. По команде преподавателя направляющие бегут к обручам и ищут свой номер, с которым возвращаются к своей команде. Следующий игрок должен найти свой номер и т. д. Побеждает команда первая закончившая эстафету.

Художники

Подготовка: заранее готовятся рисунки, состоящие из точек, которые соединяются отрезками, причем отрезков должно быть столько, сколько будет игроков в команде.

Проведение: учащиеся располагаются в колонну по одному. Их вниманию предлагается рисунок, который должна нарисовать каждая команда. На определенном расстоянии от команд висит лист бумаги на котором нарисованы пронумерованные точки. По свистку направляющие бегут к листам бумаги и проводят линию от цифры 1 к цифре 2, затем возвращаются к своим командам. Остальные игроки также соединяют цифры отрезками, строго по порядку. Побеждает команда первая закончившая эстафету и выполнившая правильно рисунок.

Самые ловкие

Команды строятся в колонну по одному. У направляющих в руках ракетка от бамбинтона на ней теннисный мяч (воздушный шар). Пред каждой командой стоят гимнастические скамейки. По команде учителя направляющий неся мяч на ракетке должен пройти по скамейке и бегом вернуться обратно.

Собери мишку

Подготовка: заранее на картоне рисуется Олимпийский мишка, который разрезается на различные детали (голова, уши, туловище и т.д. или в виде пазлов). Помимо этого необходимо нарисовать образец мишки.

Проведение: учащиеся строятся в колонну по одному. Рядом с каждой командой лежат составные части мишки. Перед командами чертится круг, в котором он будет собираться.

По свистку направляющие берут любую деталь, бегут к нарисованному кругу и кладут ее, после чего возвращаются обратно. Следующий игрок берет другую деталь бежит к кругу и кладет ее таким образом, чтобы собирался мишка и т.д. Побеждает команда первая собравшая мишку.

ель:
ВНЧ
НИЯ

Самокат

Команде выдаётся обруч и мяч. Задача: прокатить мяч обручем до стойки и обратно.

Муравей

Команда стоит в колонне. Задача: участник находится в исходном положении – упор присев сзади, на животе лежит мяч. Участник передвигается до стойки, поднимается и бежит обратно с мячом в руках, передаёт мяч следующему участнику эстафеты.

Пчёлка

Команде выдаётся баскетбольный мяч, участник зажимает его коленями. Задача: допрыгать с мячом до стойки, назад бежать с мячом в руках.

Змейка

Напротив команды последовательно располагается 5 стоек, в конце лежит обруч. Задача: обежать стойки змейкой, продеть обруч через себя, вернуться обратно по прямой.

Собираем друга в школу

Выбираете игрока, которого вы должны собрать в школу. Каждый игрок бежит к финишу, берёт только одну вещь, возвращается обратно, бежит следующий. В это время остальные игроки помогают надеть принесённую вещь на игрока. Когда все вещи одеты, выбранный игрок бежит до финиша и обратно. (Вещи: куртка, 2 варежки, шарф, шапка, зонт, портфель)

Бег в одной связке с другом

Дети становятся парами спина к спине и захватывают друг друга локтями. Созданной парой они бегут к стойке. На пути оббегают вокруг обруча, вокруг стойки и возвращаются назад тем же путём. На бегу нельзя расцепляться и падать. Если упали, встать и продолжить бег с того же места.

Ю грибы

Подготовка: для данной эстафеты заранее вырезаются грибы, которые можно раскрасить по желанию, в зависимости от количества команд необходимо подготовить корзинки.

Учащиеся строятся в колонну по одному. Перед командами на протяжении всего пути разложены грибы, а в конце дистанции стоят корзинки. По сигналу преподавателя направляющие бегут по дистанции, берут гриб и относят его в корзину. После чего возвращаются к своим командам. Последний игрок каждой команды берет корзину с грибами. Побеждает команда первая закончившая эстафету.

Ежики

Подготовка: для каждой команды готовится половина яблока или картошки, спички, для всех участников один образец ежика который состоит из половинки яблока(картошки), в которое воткнуты спички.

Проведение: учащиеся располагаются в колонну по одному. Преподаватель показывает командам образец ежика, которого они должны сделать. По сигналу преподавателя учащиеся по очереди подбегают к месту, где находятся составные части ежика. Каждый игрок имеет право воткнуть в

ках мяч и обруч. у. дному. олько одну спичку, после чего он возвращается к
ей команде. обратно. обходимо по

Э
ОГО
ЭЗА
Э

Команда быстроногих»

рающие образуют четыре команды, стоящие в колоннах по одному перед
ией старта. В 10-15 м от линии старта чертят кружки, в которые кладется
и. По сигналу педагога по очереди каждый игрок бежит к мячу, берут его,
ряют о пол и возвращаются на свое место. Выигрывает команда, быстрее
х закончившая эстафету.

3

стафета с булавами»

ающих делят на две равные команды, выстраивают в колонны по одному
инии старта. На расстоянии 12-15 м против каждой колонны ставят в ряд
булавы в 0,5 м одна от другой. По сигналу педагога стоящие впереди
ут к булавам, собирают их, бегут обратно и передают их следующему
оку. Те бегут с булавами, расставляют их по местам (которые должны
ть помечены) и возвращаются обратно и т. д. Выигрывает команда,
ончившая игру раньше.

тречная эстафета»

ающих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну
ят на две группы, которые располагаются друг против друга на
стоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят
готовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне,
т по флажку. По сигналу педагога игроки с флажками бегут к
ивоположной группе, отдают впереди стоящим флажки, а сами
овятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие
жки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков
ой-либо из команд передает флажок начавшему эстафету игроку.
еждает команда, закончившая передачу флажков раньше.

онка мячей над головой, сидя в колоннах»

четыре равные команды выстраивают в колонну по одному. Играющие
тся на пол. У первых игроков в руках мяч. По сигналу играющие
дают его над головой прямыми руками. Последний игрок, получив мяч,
ет, бежит вперед, садится перед колонной и передает мяч тем же
обом. Когда игроки, начавшие передачу первыми, снова окажутся
еди своих команд, они поднимают мяч вверх. Побеждает команда,
нчившая игру первой.

авитель:
древич
зования

редал - садись»

ающих выстраивают в две-три колонны. Перед ними на расстоянии 2-4 м
от капитаны с мячами в руках. По сигналу капитаны передают мяч
я руками от груди (или одной рукой от плеча): первым игрокам в
вне, которые ловят его, возвращают тем же способом обратно и
имают положение упора. присев. Затем следуют передачи вторым
кам и т. д. Когда последний в колонне передает мяч капитану, тот
имает его вверх и вся команда быстро встает. Команда, сделавшая это
це, побеждает.

Мяч среднему»

Играющих делят на две команды, которые образуют два круга. В центре каждого круга становится игрок с волейбольным мячом. По сигналу игроки в центре поочередно бросают мяч своим игрокам и получают его обратно. Получив мяч от последнего, игрок в центре поднимает его вверх. Команда, бросившая мяч меньшее число раз, побеждает. Затем в центр становится другой игрок. Можно ввести дополнительное упражнение: игрок, получивший мяч от центрального, сначала должен ударить мячом о пол и только после этого передать мяч обратно.

Гонка мячей по рядам»

Все играющие в двух шеренгах, стоящих лицом друг к другу. Первые игроки в шеренгах (с одной стороны) по сигналу передают мячи своим соседям, а те дальше. Последние игроки в шеренгах, получив мячи, бегут и становятся переди своих шеренг, затем начинают передавать мяч своим соседям и т. д. Когда игроки, начинавшие гонку мячей, окажутся снова на своем месте, они поднимают мяч вверх. Команда, сделавшая это раньше, побеждает.

Встречная эстафета с мячом»

Играющих делят на две команды и выстраивают в колоннах. Каждую колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м. У первых двух игроков по мячу. По сигналу они передают мяч игроку в противоположную группу, а сами становятся в конец своих колонн. Выигрывает команда, быстрее закончившая передачу.

В этой игре возможны варианты: после передачи бежать в противоположную группу и там встать в конец колонны; передавать мяч одной рукой, с прыжком от пола; вместо передачи вести мяч и передавать мяч после остановки перед игроком, стоящим напротив.

Эстафета с ведением мяча»

Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельно друг другу у начальной линии. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположной стороны (до отмеченного места), останавливаются, бросают мяч двумя руками в стену, ловят его, и ведут мяч обратно. На расстоянии 3-4 м от колонны они останавливаются, передают мяч двумя руками от груди переднему игроку и сами становятся в конец колонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведения оставить булавки, тогда игроки должны вести мяч, обводя их.

зитель:
реевич
ования**тивно - правовая документация.**

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

Конвенция о правах ребенка;

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 05.12.2012 г. №273-ФЗ;

Национальный проект «Образование» утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018г. №16.)

АЕ
АНОГО
ЮЗА
АЕ

Приоритетный проект "Доступное дополнительное образование для детей" в редакции протокола президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 19.12.2017г. №66.

ПЗ

Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 12.2018г.

Зг

Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019г.

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

Распоряжение от 26 марта 2016 года №516-р. В рамках госпрограммы «Развитие образования» на 2013–2020 годы;

Указ президента Российской Федерации от 7 мая 2018г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024г.

СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей;

Проект Федеральной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года»;

Литературы.

Берман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.

ставитель:
Андреевич
образования

Берман А.В. «Иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.

Берман А.В. «Методические разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание». М.: ВИАКО, 2005 г.

Берман А.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231201541619

Регистрационный номер № 20647/23

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Александров Сергей Андреевич

с « 02 октября 2023 г. по « 06 октября 2023 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

(полное наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по теме: «**Организация образовательного процесса обучающихся с**

ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования»

в объеме **40 часов**

(включая часы)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Привлечение родителей и нормативные документы образования обучающихся с ОВЗ в образовательной организации, реализующей инклюзивную практику	16 часов	зачтено
Организация образовательного процесса обучающихся с ОВЗ в условиях инклюзивного образования	24 часа	зачтено

Промежуodal стажировку в (на)

(интерактивный формат)

(организация, учреждение)

Удостоверение выдано в (на) _____



Ректор

Т.А. Гайдук

Секретарь

Л.Л. Валдольская

Город **Краснодар**

Дата выдачи **06 октября 2023 г.**

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231500005872

20730/22

Регистрационный номер №

Настоящее удостоверение выдано **Сергею Владимировичу Александрову Сергею Андреевичу**

с « 11 » июля 2022 г. по « 16 » июля 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

«Реализация требований обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в
работе учителя»
(наименование профессии, специальности, профессионального образования)

в объеме: 36 часов
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Нормативное и методическое обеспечение внедрения обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО	13 часов	зачтено
Внедрение обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в предметном обучении	23 часа	зачтено

Процесс(а) стажировку в (на)

(наименование предмета, организации, учреждения)

Итоговая работа на тему:



И.о. Ректор а

И.В. Лихачева

И.В. Лихачева

Секретарь

А.М. Зверко

А.М. Зверко

Город Краснодар

Дата выдачи 16 июля 2022 г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

2312009СЭ897

8321/21

Регистрационный номер №

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Александров Сергей Андреевич

с «13.....» августа 2021..... г. по «28.....» августа 2021..... г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

.....

по теме «Теория и методика физического воспитания обучающихся»

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

108 часов
(всего часов)

За время обучения сдад(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Основы законодательства РФ в области образования	12 часов	Зачтено
Педагогика и психология	16 часов	Зачтено
ИКТ в образовательном процессе	8 часов	Зачтено
Медицинский контроль за организацией занятий физической культурой	16 часов	Зачтено
Педагогический контроль за организацией занятий физической культурой	40 часов	Зачтено
Спортивно-оздоровительная деятельность образовательных организаций	16 часов	Зачтено

Прошел(а) стажировку в (на)

.....

.....
(наименование предмета)
.....
(наименование учреждения)

Исходя из работы на тему:



Ректор

Секретарь

Т.А. Гайдук

В.И. Осик

Город Краснодар

Дата выдачи 30 августа 2021 г.



БЛАГОДАРНОСТЬ

**ГЛАВЫ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СЕВЕРСКИЙ РАЙОН**

**Александрову
Сергею Андреевичу**

*учителю физической культуры муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной
школы № 3 станицы Крепостной муниципального образования
Северский район имени дважды Героя Советского Союза
маршала авиации Савицкого Евгения Яковлевича*

**за вклад в патриотическое воспитание молодого поколения,
формирование его активной гражданской позиции и
любви к Отечеству, а также за подготовку призёров
регионального этапа ВсОШ в 2022 году**

Глава муниципального образования
Северский район

А. В. Дорошевский



Пост. № 1715
20.09.2022 г.



Председатель
Совета муниципального образования
Северский район Краснодарского края

БЛАГОДАРНОСТЬ

*Александрову
Сергею Андреевичу*

*учителю физической культуры муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 3 станицы Крепостной
муниципального образования Северский район
имени дважды Героя Советского Союза маршала авиации
Савицкого Евгения Яковлевича*

за большой личный вклад в развитие образования в
Северском районе, успехи в обучении и воспитании
подростающего поколения и в связи
с профессиональным праздником - Днём учителя

Председатель Совета
муниципального образования
Северский район



В.И.Захарченко

ст. Северская
сентябрь 2022 г.



СОВЕТ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СЕВЕРСКИЙ РАЙОН
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

БЛАГОДАРНОСТЬ

*Александрову
Сергею Андреевичу*

*учителю физической культуры
муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения средней общеобразовательной школы № 3
станции Крепостной муниципального образования
Северский район имени дважды Героя Советского Союза
маршала авиации Савицкого Евгения Яковлевича*

за заслуги в муниципальной, общественной,
благотворительной деятельности, высокий профессионализм
и в связи с Днем России и Днем Северского района

Председатель Совета
муниципального образования
Северский район



В.И.Захарченко
Северская
июнь 2023 г.

В.И.Захарченко

Решение Совета муниципального образования Северский район от 20 апреля 2023 года № 331