

ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБУ ДО
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»

Протокол № 01
«29» 08 2019 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»
Кендыш И.А.

Приказ № 232/П
От «30» 08 2019 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ
ПОДГОТОВКА»**

Возраст учащихся – 6 -9 лет.
Срок реализации - 3 года.

Разработчики:
педагоги дополнительного образования
Федорова Ольга Александровна,
Бавыкин Евгений Александрович,
Челпанов Александр Валерьевич,
Ульянов Алексей Викторович

Санкт-Петербург
2019

Пояснительная записка

Направленность - физкультурно-спортивная.

Актуальность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» (далее – Программа) является модифицированной, разработанной на основе опыта, методических рекомендаций о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей.

Актуальность Программы состоит в том, что содержание занятий для детей обусловлено задачами подготовки к школе и дальнейшего обучения. Приоритетным направлением программы является оздоровление ребенка через развитие физических качеств, двигательных умений, воспитание интереса и желания выполнять физические упражнения.

Систематическая двигательная активность оказывает благотворное влияние на эмоциональное состояние ребенка, воспитывает стойкий иммунитет к вредным привычкам. Мышечная деятельность активизирует обменные процессы, стимулирует работу сердечнососудистой и дыхательной системы, усиливает защитные реакции, улучшает пищеварительные системы, повышает работоспособность.

Общее развитие и воспитание детей требует особого внимания, так как именно в этом возрасте формируются физические, умственные и нравственные стороны будущей личности. Данная образовательная Программа – это первый шаг на пути становления профессионального спортсмена в различных видах спорта.

Отличительная особенность заявленной Программы заключается в том, что при её освоении широко используется интенсивное практическое обучение. Программа ориентирована на значительное количество практических учебно-тренировочных занятий с учащимися с обязательным выполнением контрольных нормативов. Учащимся дается большой объем информации, которая осваивается ими и теоретической, и в практической деятельности.

Также, Программа дополнена занятиями теми видами спорта, которые пользуются популярностью: футбол, баскетбол, волейбол, гимнастика и другие. Включено большое количество подвижных игр.

В каждое занятие общей физической подготовкой включена разминка. Упражнения разминки повышают функции центральной нервной системы, усиливают обмен веществ, улучшают эластичность связок, сухожилий и мышц, мобилизуют все звенья систем дыхания и кровообращения, улучшают гибкость суставов, разогревают мышцы, что создает благоприятные условия для переноса кислорода, содержащегося в крови, тканям. Одним из важнейших эффектов разминки является усиление работы сердца.

Роль разминки отдельного занятия состоит в усилении готовности физиологических систем к работе и в повышении их взаимосвязи.

В долгосрочной перспективе 3-х лет занятий учащегося общей физической подготовкой – разминка способствует систематическим занятиям физической культурой, тем самым укреплению здоровья учащихся.

Адресат Программы - учащиеся в возрасте от 6 до 9 лет.

Цель и задачи

Цель Программы:

- раскрытие физического, спортивного, волевого потенциала личности учащихся средствами общей физической подготовки, обеспечение позитивного содержательного нравственно-здорового досуга.

Задачи Программы:

Обучающие:

- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение опыта участия в соревнованиях;

- выполнение требований по общей и специальной физической подготовки соответствующей возрастной группы;
- формирование теоретических знаний по общей физической подготовке.

Развивающие:

- развитие у учащихся кругозора в отношении физической культуры, культуры и истории нашей Родины;
- развитие способности к сотрудничеству и взаимопомощи;
- формирование и развитие творческих и спортивных способностей учащихся, способности к самоорганизации и со-организации, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании
- формирование устойчивого интереса учащихся к систематическим занятиям спортом и ОФП в частности

Воспитательные:

- формирование положительной мотивации к занятиям спортом и развитие позитивной «Я-концепции» у учащихся;
- Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, гражданской и этнокультурной идентичности;
- формирование мотивации к совместному осознанному взаимодействию со сверстниками и взрослыми в различных условиях;
- формирование навыков эмоциональной рефлексии.

Условия реализации

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

В группу 2-го года обучения принимаются учащиеся, прошедшие 1-ый год обучения и сдавшие переводные нормативы при наличии медицинской справки о состоянии здоровья. Возможен прием детей 7 - 8 лет с хорошими физическими данными, которые определяются педагогом дополнительного образования с помощью контрольных нормативов при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 3-го года обучения принимаются учащиеся, прошедшие 2-й год обучения и сдавшие переводные нормативы при наличии медицинской справки о состоянии здоровья, а также дети 8 - 9 лет, занимавшиеся ранее одним из видов спорта и сдавшие вступительные нормативы, либо спортсмены из других спортивных секций при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

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

Наполняемость учебной группы по годам обучения (списочный состав):

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

В процессе реализации Программы предусматривается возможность участия учащихся в спортивных соревнованиях, организация совместных спортивных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями.

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

Данная Программа рассчитана на 3 года.

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

- спортивного зала;
- ролл матов;
- гимнастических скамеек;
- ковриков гимнастических;

- зоны приземления для прыжков в длину;
- каната для лазанья;
- гимнастических матов;
- секундомеров;
- медицинболов (4 кг, 5 кг);
- свистков;
- теннисных мячей (150 гр)
- гантелей;
- фишек для разметки поля;
- навесных турников;
- мячи футбольный, волейбольный;
- кегли.

Планируемые результаты.

Предметные результаты:

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

Личностные результаты:

- умение сохранять осанку при разнообразных формах движения;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки;
- умение управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе игровой и соревновательной деятельности;
- умение активно включаться в физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- умение проявлять командное взаимодействие, четко выполнять приемы
- сформированность установки на здоровый образ жизни;
- готовность и способность учащихся к саморазвитию;
- готовность и способность учащихся к личностному самоопределению;
- сформированность мотивации учащихся к обучению;
- способность учащихся ставить цели и строить планы.

Метапредметные результаты:

- осознание роли физической культуры, понимание физической культуры как явления культуры;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения;
- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, уважения;
- осознанное стремление к освоению новых знаний и умений;
- активное использование физической культуры для профилактики утомления.

**Учебный план.
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Комплектование групп	6	-	6	журнал
2	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа
3	Определение уровня умений, спортивной подготовленности	1	-	1	входящий контроль
4	Бег на разные дистанции.	6	1	5	беседа, наблюдение
5	Акробатические упражнения	6	1	5	беседа, наблюдение
6	Строевые упражнения.	6	1	5	беседа, наблюдение
7	Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	6	1	5	беседа, наблюдение
8	Общеразвивающие упражнения	6	1	5	беседа, наблюдение
9	Упражнения для развития меткости, точности движений	6	1	5	беседа, наблюдение
10	Основы оздоровительной физкультуры	6	2	4	беседа, наблюдение
11	Упражнения для укрепления мышц ног и спины	6	2	4	беседа, наблюдение
12	Упражнения для развития быстроты	6	1	5	беседа, наблюдение
13	Участие в соревнованиях	8	2	6	соревнования
14	Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа
15	Гимнастические упражнения	11	2	9	беседа, наблюдение
16	Подвижные игры	12	1	11	беседа, наблюдение
17	Эстафеты	12	1	11	беседа, наблюдение
18	Элементы игры в волейбол	6	1	5	беседа, наблюдение
19	Элементы игры в баскетбол	6	1	5	беседа, наблюдение
20	Элементы игры в боулинг	8	1	7	беседа, наблюдение
21	Элементы игры в футбол	12	4	8	беседа, наблюдение
22	Участие в соревнованиях	2	-	2	соревнования
23	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	ИТОВОГОЙ контроль
24	Итоговое занятие	2	-	2	показательные выступления
	ВСЕГО:	144	26	118	

2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	1	1	-	беседа
2	Определение уровня умений, спортивной подготовленности	1	-	1	входящий контроль
3	Легкоатлетические эстафеты	12	1	11	беседа, наблюдение
4	Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	12	1	11	беседа, наблюдение
5	Общеразвивающие упражнения	12	2	10	беседа, наблюдение
6	Оздоровительная физкультура и общеукрепляющие упражнения	12	2	10	беседа, наблюдение
7	Акробатика и гимнастика	12	1	11	беседа, наблюдение
8	Участие в соревнованиях	8	2	6	соревнования
9	Инструктаж по охране труда	1	1	-	проверочная беседа
10	Упражнения на реакцию	12	2	10	беседа, наблюдение
11	Упражнения на силу	12	1	11	беседа, наблюдение
12	Упражнения для развития мышц ног и шеи	12	1	11	беседа, наблюдение
13	Подвижные игры	12	1	11	беседа, наблюдение
14	Элементы игры в регби	10	2	8	беседа, наблюдение
15	Элементы аэробики	9	1	8	беседа, наблюдение
16	Участие в соревнованиях	2	1	1	соревнования
17	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	итоговый контроль, контрольные нормативы
18	Итоговое занятие	2	-	2	показательные выступления
	ВСЕГО:	144	20	124	

3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	1	1	-	проверочная беседа
2	Определение уровня умений, спортивной подготовленности (входящий контроль)	1	-	1	входящий контроль
3	Упражнения на развитие быстроты	12	1	11	беседа, наблюдения
4	Упражнения на развитие выносливости	12	1	11	беседа, наблюдения
5	Упражнения на развитие ловкости	12	1	11	беседа, наблюдения
6	Подвижные игры	12	1	11	беседа, наблюдения
7	Эстафеты	12	1	11	беседа, наблюдения
8	Участие в соревнованиях	8	2	6	соревнования
9	Инструктаж по охране труда.	1	1	-	проверочная беседа
10	Общеразвивающие упражнения	12	1	11	беседа, наблюдения
11	Оздоровительная физкультура и общеукрепляющие упражнения	12	1	11	беседа, наблюдения
12	Элементы игры в бадминтон	10	1	9	беседа, наблюдения
13	Элементы гимнастики	10	1	9	беседа, наблюдения
14	Элементы акробатики	8	1	7	беседа, наблюдения
15	Упражнения для развития равновесия	9	1	8	беседа, наблюдения
16	Упражнения на расслабление как элемент оздоровительной физкультуры	6	1	5	беседа, наблюдения
17	Участие в соревнованиях	2	-	2	соревнования
18	Выполнение контрольных нормативов	2	-	2	контрольные нормативы
19	Итоговое занятие	2	-	2	показательные выступления
	ВСЕГО:	144	16	128	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по Программе	Дата окончания обучения по Программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09	30.05	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа Академический час – 45 мин
2 год	1.09	30.05	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа Академический час – 45 мин
3 год	1.09	30.05	36	144	2 раза по 2 академических часа Академический час – 45 мин

**Методические материалы
1 год обучения**

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1.Комплектование групп		словесный	-	-
2.Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	Беседа	словесный	Инструкция по технике безопасности	-
3. Определение уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие	практический	<p>а) основная литература 1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература 1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47 2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34 Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА»</p>	<p>спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; мячи для метания (150 гр) фишки для разметки поля; навесные турники.</p>

			http://fta-russia.ru	
4. Бег на разные дистанции	Беседа. Практическое занятие	Беседа. Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки;</p>
5. Акробатические упражнения	Беседа. Практическое занятие	Беседа. Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры; свистки; фишки для</p>

			<p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>разметки поля; навесные турники; скакалки;</p>
6.Строевые упражнения	Беседа. Практическое занятие	Беседа. Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки;</p>

<p>7. Упражнения для развития скоростно-силовых способностей</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Беседа. Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс] б) дополнительная литература 1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, Е.А. Бавыкин, Е.Н. Коростелев. -СПб, 2017г., с.47 2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, И.А. Перепёлкин, А.Я. Гончаров, Е.И. Серов. – СПб, 2013г, с. 34 Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки;</p>
<p>8. Общеразвивающие упражнения</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Беседа. Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс] б) дополнительная литература 1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н.</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры;</p>

			<p>Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p>	
9. Упражнения для развития меткости, точности движений	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал;</p> <p>ролл маты;</p> <p>коврики</p> <p>гимнастические;</p> <p>зона приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p>	
10.	Основы	Беседа.	Наглядный,	а) основная литература	спортивный зал;

<p>оздоровительной физкультуры</p>	<p>Практическое занятие</p>	<p>практический</p>	<p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
<p>11. Упражнения для укрепления мышц ног и спины</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты;</p>

			<p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
12. Упражнения для развития быстроты	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные</p>

			Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru	турники; скакалки; гимнастические обручи
13. Участие в соревнованиях	Беседа Соревнование	практический	-	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
14. Инструктаж по охране труда	Беседа.	словесный	Инструкция по технике безопасности	-
15. Гимнастические упражнения	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс,	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

			<p>2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
16. Подвижные игры	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин,</p>	<p>спортивный зал; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники;</p>

			<p>Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>скакалки;</p> <p>гимнастические обручи</p>
17. Эстафеты	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал;</p> <p>ролл маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>коврики</p> <p>гимнастические;</p> <p>зона приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические обручи</p>
18. Элементы игры в	Беседа	Наглядный,	а) основная литература	спортивный зал;

волейбол	Практическое занятие	практический	<p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, Е.А. Бавыкин, Е.Н. Коростелев. -СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, И.А. Перепёлкин, А.Я. Гончаров, Е.И. Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	гимнастические скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи
19. Элементы игры в баскетбол	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-</p>	спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи

			<p>методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	
20.Элементы игры в боулинг	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; кегли</p>
21.Элементы игры в футбол	Беседа Практическое	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и</p>	<p>спортивный зал; гимнастические</p>

	занятие		<p>уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи</p>
22. Участие в соревнованиях	Беседа Соревнование	практический	-	<p>маты, гимнастическая скамья, мячи, скакалки, гимнастические обручи</p>
23.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие	практический	Таблица нормативов	<p>спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину;</p>

				гимнастические маты; секундомеры; свистки; мячи для метания (150 гр) фишки для разметки поля; навесные турники
24.Итоговое занятие	Показательные выступления	практический	-	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи

2 год обучения

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	Беседа	словесный	Инструкция по технике безопасности	-
2. Определение уровня умений, спортивной подготовленности	Практическое занятие	практический	<p>а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература 1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, Е.А. Бавыкин, Е.Н. Коростелев. - СПб, 2017г., с. 47 2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, И.А. Перепёлкин, А.Я. Гончаров, Е.И. Серов. – СПб, 2013г, с. 34 Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; мячи для метания (150 гр) фишки для разметки поля; навесные турники;
3. Легкоатлетические эстафеты	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования</p>	спортивный зал; гимнастические скамейки;

			<p>и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
<p>4.Упражнения для развития скоростно-силовых способностей</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин,</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг);</p>

			<p>Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические обручи</p>
5.Общеразвивающие упражнения	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал;</p> <p>ролл маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>коврики</p> <p>гимнастические;</p> <p>зона приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические</p>

				обручи
6. Оздоровительная физкультура и общеукрепляющие упражнения	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, Е.А. Бавыкин, Е.Н. Коростелев. -СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, И.А. Перепёлкин, А.Я. Гончаров, Е.И. Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
7. Акробатика и гимнастика	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с.</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры;</p>

			<p>[Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Коростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>свистки;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические обручи</p>
8.Участие в соревнованиях	Беседа Практическое занятие	практический	-	<p>спортивный зал;</p> <p>ролл маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>коврики гимнастические;</p> <p>зона приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные</p>

				турники; скакалки; гимнастические обручи
9.Инструктаж по охране труда	Беседа.	словесный	Инструкция по технике безопасности	-
10.Упражнения на реакцию	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература 1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература 1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47 2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34 Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
11.Упражнения на силу	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература 1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс,</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки;

			<p>2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
<p>12. Упражнения для развития мышц ног и шеи</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин,</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг);</p>

			<p>Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические обручи</p>
13.Подвижные игры	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал;</p> <p>ролл маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>коврики</p> <p>гимнастические;</p> <p>зона приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические</p>

				обручи; мячи
14.Элементы игры в регби	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; мячи</p>
15. Элементы аэробики	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; гимнастические маты; секундомеры; свистки; гантели;</p>

			<p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Коростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
16. Участие в соревнованиях	Беседа Практическое занятие	практический		<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки;</p>

				гимнастические обручи
17.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие	практический	Таблица нормативов	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники;
18.Итоговое занятие	Показательные выступления	практический	-	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4

				кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
--	--	--	--	--

3 год

Тема	Форма занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Учебные пособия. Дидактический материал. Информационные источники.	Техническое оснащение
1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда	Беседа	словесный	Инструкция по технике безопасности	-
2. Определение уровня умений, спортивной подготовленности (входящий контроль)	Практическое занятие	практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, - Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-</p>	спортивный зал; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; мячи для метания

			<p>методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>(150 гр) фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p>
3. Упражнения на развитие быстроты	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «ФТА»</p> <p>http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал;</p> <p>ролл маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>коврики</p> <p>гимнастические;</p> <p>зона приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>мячи для метания (150 гр)</p> <p>гантели;</p> <p>фишки для разметки поля;</p> <p>навесные турники;</p> <p>скакалки;</p> <p>гимнастические обручи</p>

<p>4. Упражнения на развитие выносливости</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс] б) дополнительная литература 1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, Е.А. Бавыкин, Е.Н. Коростелев. -СПб, 2017г., с.47 2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, И.А. Перепёлкин, А.Я. Гончаров, Е.И. Серов. – СПб, 2013г, с. 34 Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
<p>5. Упражнения на развитие ловкости</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература 1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические</p>

			<p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
6. Подвижные игры	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля;</p>

			Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru	навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
7.Эстафеты	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
8.Участие соревнованиях	Беседа Практическое занятие	практический	-	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики

				гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
9.Инструктаж по охране труда	Беседа.	словесный	Инструкция по технике безопасности	-
10.Общеразвивающие упражнения	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	а) основная литература 1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с 2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс] б) дополнительная литература 1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4

			<p>методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
<p>11.Оздоровительная физкультура и общеукрепляющие упражнения</p>	<p>Беседа. Практическое занятие</p>	<p>Наглядный, практический</p>	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки;</p>

				гимнастические обручи
12.Элементы игры в бадминтон	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов,В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб,2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; ракетки
13.Элементы гимнастики	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические

			<p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
14.Элементы акробатики	Беседа Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1.Гришина,Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И.Гришина; М-во образования и науки Рос.Федерации – Изд.4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2.Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p>	<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; фишки для разметки поля; навесные турники;</p>

			Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru	
15. Упражнения для развития равновесия	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, Е.А. Бавыкин, Е.Н. Коростелев. -СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие / В.А. Куванов, И.А. Перепёлкин, А.Я. Гончаров, Е.И. Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
16. Упражнения на расслабление как элемент оздоровительной физкультуры	Беседа. Практическое занятие	Наглядный, практический	<p>а) основная литература</p> <p>1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: [учеб. пособие] / Ю.И. Гришина; М-во образования и науки Рос. Федерации – Изд. 4-е, -Ростов н/Д: Феникс, 2014г – 249с</p> <p>2. Ямалетдинова, Г.А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций: [учеб. пособие] / Г.А. Ямалетдинова;</p>	спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления

			<p>М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014. – 244 с. [Электронный ресурс]</p> <p>б) дополнительная литература</p> <p>1. Куванов, В.А., Бавыкин, Е.А., Коростелев, Е.Н. Развитие физических качеств борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, Е.А.Бавыкин, Е.Н.Кростелев.-СПб, 2017г., с.47</p> <p>2. Куванов, В.А., Перепёлкин, И.А., Гончаров, А.Я., Серов, Е.И. Средства и методы развития координационных способностей борцов: учебно-методическое пособие/ В.А.Куванов, И.А.Перепёлкин, А.Я.Гончаров, Е.И.Серов. – СПб, 2013г, с. 34</p> <p>Таблица нормативов Официальный сайт «ФТА» http://fta-russia.ru</p>	<p>для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи</p>
17.Участие соревнований	в Беседа Практическое занятие	практический		<p>спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр)</p>

				гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
18.Выполнение контрольных нормативов	Контрольное занятие	практический	Таблица нормативов	спортивный зал; гимнастические скамейки; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; мячи для метания (150 гр) фишки для разметки поля; навесные турники;
19.Итоговое занятие	Показательные выступления	практический		спортивный зал; ролл маты; гимнастические скамейки; коврики гимнастические; зона приземления для прыжков в длину; гимнастические маты;

				секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; мячи для метания (150 гр) гантели; фишки для разметки поля; навесные турники; скакалки; гимнастические обручи
--	--	--	--	--

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится:

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

Входящий контроль проводится в сентябре и включает в себя мероприятия, направленные на определение начального уровня общей физической подготовленности учащихся.

Цель: определить стартовый уровень умений и спортивной подготовленности учащихся при поступлении в образовательное учреждение, и на начало учебного года.

Входящий контроль проводится в форме выполнения следующих нормативов:

1 год	2 год	3 год
1.«челночный бег» (3x10)	1.«челночный бег» (3x10)	1.«челночный бег» (3x10)
2.Прыжки в длину с места	2.Прыжки в длину с места	2.Прыжки в длину с места
3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа	3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа	3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа
4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу	4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу	4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу
5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине	5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине	5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине
6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке	6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке	6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке
	7. 10 кувырков вперед	7. 10 кувырков вперед
		8.Бег на 1,5 км (мин)
		9. Тройной прыжок в длину с места, см

Итоговый контроль в виде выполнения контрольных нормативов

Итоговый контроль представляет собой окончательную оценку результатов освоения программы и проводится в виде выполнения контрольных нормативов. Он проводится в мае и включает в себя ту же оценку контроля, что и входной. Результаты входного и итогового контроля отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

Цель:

- выявить приобретенный уровень физической и спортивной подготовки учащихся;
- оценить уровень технической подготовленности (захваты, приемы, контрприемы).

Контрольные нормативы.

Год обучения	Виды контрольных нормативов	Критерии оценки сдачи контрольных нормативов
1 год	1.«челночный бег» (3x10)	если учащиеся выполнил 6 установленных нормативов- «высокий уровень»;
	2.Прыжки в длину с места	
	3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа	если учащийся выполнил 3-5 установленных нормативов- «средний уровень»;
	4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу	если учащийся выполнил 1-2 установленных нормативов - «низкий уровень»
	5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине	
	6.Наклон вперед, стоя на гимнастической	

	скамейке	
2 год	1.«челночный бег» (3x10)	Если учащиеся выполнил 7 установленных нормативов- «высокий уровень»; если учащийся выполнил 4-6 установленных нормативов- «средний уровень»; если учащийся выполнил менее 1-3 установленных нормативов - «низкий уровень»
	2.Прыжки в длину с места	
	3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из вися лёжа	
	4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу	
	5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине	
	6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке	
	7. 10 кувырков вперед	
3 год	1.«челночный бег» (3x10)	Если учащиеся выполнил 9 установленных нормативов- «высокий уровень»; если учащийся выполнил 5-8 установленных нормативов- «средний уровень»; если учащийся выполнил менее 1-4 установленных нормативов - «низкий уровень»
	2.Прыжки в длину с места	
	3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из вися лёжа	
	4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу	
	5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине	
	6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке	
	7. 10 кувырков вперед	
	8.Бег на 1,5 км (мин)	
	9. Тройной прыжок в длину с места, см	

Оценка метапредметных результатов осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

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

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

3) в процессе организации метапредметных проектов разного уровня:

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

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

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

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

Оценка личностных результатов осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

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

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

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

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

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

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