

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д. КОСТЫЛЕВА
ОТДЕЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
"ЖЕМЧУЖНАЯ РОССЫПЬ"**

ПРИНЯТА

На Педагогическом совете
ГБОУ гимназии № 426
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 140 от «30» августа 2023 г.
Директор ГБОУ гимназии № 426
Санкт-Петербурга
_____ Е.А.Стогова

Дополнительная общеразвивающая программа

«Футбол»

Срок освоения: 2 года.
Возраст учащихся: 8-15 лет.

Разработчик:

Дикушин Максим Александрович,
Должность: педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Занятия футболом дают возможность для совершенствования таких функций человека, как мышление, память, внимание, обучают умению коллективного взаимодействия. Футбол способствует воспитанию положительных качеств личности. Работая в команде, ребята учатся внимательному отношению друг к другу, приобретают необходимые навыки слаженного взаимодействия. Быстрота реакции и многообразие движений дает ребенку свободу для ответных реакций на разнообразные ситуации, позволяет выражать эмоции, снимать напряжение. Развитие двигательной активности учащихся помогает естественному стимулированию жизнедеятельности детского организма и эффективной борьбы с гиподинамией. Занятия баскетболом помогают детям научиться согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Направленность программы: физкультурно-спортивная, так как развиваются физические качества: сила, выносливость, гибкость, координация, начинает формироваться правильная осанка.

Адресат программы: программа адресована учащимся гимназии и общеобразовательных школ в возрасте 8-15 лет, проявляющим интерес к игре в футбол. По программе могут заниматься мальчики и девочки, допущенные по состоянию здоровья к занятиям футболом.

Актуальность программы: образовательная деятельность строится таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи воспитания и конкретные перспективы спортивного роста учащегося.

Занятия по образовательной программе «Футбол» способствуют:

- получению учащимися базовых знаний, умений и навыков в баскетболе;
- физическому воспитанию, подъему общего тонуса и совершенствованию спортивной формы ребенка;
- воспитанию у детей полезных умений и навыков самосовершенствования и самопомощи;
- снятию у воспитанников психологической нагрузки, развитию адаптивных способностей;
- организации активного отдыха учащихся, созданию комфортного круга общения.

Отличительные особенности программы: занятия по данной программе отличаются от уроков физкультуры по общеобразовательной программе и от занятий в спортивной школе, имеют свои особенности. На занятиях в объединении «Футбол» основной акцент делается на развитие навыков самостоятельных занятий спортом, формирование потребности в движении, устойчивого интереса к занятиям баскетболом, привычки укреплять свое здоровье, выбора здорового образа жизни. Большое внимание уделяется адаптации воспитанников с различным уровнем физической подготовки, созданию комфортного психологического климата в коллективе.

Образовательный процесс построен на принципах непрерывности, преемственности, доступности, увлекательности и результативности. Осуществляется взаимосвязь общефизического, спортивного, нравственного коммуникативного и адаптивного направлений образовательной деятельности; единство обучения, воспитания и развития детей на основе индивидуализации и персонификации образовательного процесса, что

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

обеспечивает возможность достаточно быстрого продвижения воспитанников объединения от основ физического воспитания и азов футбола до успешных выступлений на соревнованиях, хорошей физической и психической формы.

Уровень освоения программы: ДОП «Футбол» является общекультурной, так как направлена на культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, формирование физических способностей. В течение обучения по данной программе учащиеся принимают участие в муниципальных, районных и региональных мероприятиях.

Объём и срок освоения: Программа рассчитана на два года обучения. Всего 288 часов. Первый год обучения - 144 часа. Второй год обучения – 144 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность занятий исчисляется в академических часах — 45 минут.

Цель программы: укрепление физического и психического состояния детей, приобщение к здоровому образу жизни, овладение навыками игры в футбол;

Задачи программы:

Обучающие:

- Дать детям систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре и спорте.
- Выработать у детей необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития.
- Дать базовые знания, умения и навыки игры в футбол.
- Научить понимать и пользоваться спортивной терминологией.
- Научить совместному разбору игр, выработать умения судейства в игре футбол.

Развивающие:

- Развивать координацию, память, внимание.
 - Создать условия для формирования правильной осанки.
 - Выработать у воспитанников умения самостоятельных занятий футболом и организации собственной тренировки.
 - Научить осознанному владению собственным телом.
- Развивать у детей устойчивый интерес к занятиям футболом,
- Повысить уровень физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей ребёнка

Воспитательные:

- Воспитывать у детей трудолюбие, самостоятельность.
- Воспитывать морально-этические качества личности, чувство товарищества.
- Воспитывать доброжелательность по отношению к окружающим, коммуникабельность.

• Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

- Воспитывать волевые качества личности, стремление к достижению поставленной цели.

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные:

- формирование общественной активности личности,
- формирование культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни,
- воспитание ответственного отношения к делу, овладение элементарными навыками помощи и самопомощи.
- толерантное отношение к людям иной национальности;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность к самообразованию и личностному самоопределению на основе учебно-познавательной мотивации, в том числе готовности к выбору направления профильного обучения;
- сформированность представлений о мире профессий, связанных с образованием, наукой, спортом, предъявляемых различными востребованными профессиями

Метапредметные результаты освоения учебного курса связаны с освоением универсальных учебных действий.

Регулятивные:

- способность сознательно организовывать и регулировать свою учебную деятельность;
- способность к целеполаганию, включающего способность самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности; планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;
- развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- владение основами самоконтроля, самооценки, включающими умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- способность к выстраиванию своей собственной траектории развития.

Познавательные:

- умение сравнивать, анализировать и обобщать факты, устанавливать причинно-следственные связи, логически рассуждать, делать умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и обоснованные выводы в ходе занятий спортом.

– умение создавать, применять и преобразовывать полученные знания в жизни

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

- умение формулировать и обосновывать собственную точку зрения
- умение представлять результаты своей деятельности в виде творческой проектно-исследовательской работы, презентаций
- владение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач
- владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами
- умение устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам (математике, физике, природоведения, биологии, анатомии, информатике, технологии и физической культуры.)

Коммуникативные:

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности на занятиях;
 - умение сотрудничать с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта общих интересов и мнений
 - умение учитывать намерения и способы коммуникации партнёров, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
 - умение устанавливать необходимые контакты с другими людьми;
 - умение признавать свои ошибки, быть терпимым к точке зрения других;
- умение вести дискуссию, корректно высказывать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Предметные результаты

Учащиеся должны знать:

- правила поведения на футбольной площадке и в раздевалке;
- технику безопасности;
- значение правильного режима дня юного спортсмена, закаливание;
- правила футбола;
- терминологию, принятую в футболе;
- тактику игры в защите и нападение;
- правила проведения соревнований по футболу.

Учащиеся должны уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- перемещаться в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед;
- уметь использовать комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение);
- вести мяч ногой шагом, бегом, змейкой, с оббеганием стоек, по прямой, с изменением направления движения и скорости;
- выполнять передачу мяча с места и в движении (ногой, головой);
- выполнять удар по мячу с места и в движении (ногой, головой);
- иметь навыки игры на определенной игровой позиции.

Организационно – педагогические условия реализации ДОП:

Язык реализации: Занятия по программе «Баскетбол» ведутся на государственном языке РФ -русском.

Формы обучения: очная, заочная, очно-заочная. В течение года в случае возникновения сложной эпидемиологической обстановки возможен переход полностью или частично на электронное обучение с применением дистанционных технологий с учетом требований действующих Санитарно-эпидемиологических правил.

Особенности реализации программы:

Электронное обучение – организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательной программы информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно - телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие учащихся и педагога.

Дистанционные образовательные технологии реализуются с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учащихся и педагога.

Обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий – это занятие с использованием бесплатных информационных ресурсов, с изучением учебного материала, проверочными работами, тестами с использованием учебных пособий; занятия в домашней обстановке с обратной связью через электронную почту, чаты, социальные сети и др.

При организации образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий учитываются возрастные особенности учащихся.

Продолжительность онлайн-занятия, а также время самостоятельной работы школьников за компьютером, планшетом или другим электронным носителем не превышает 30 минут.

При организации обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные средства обучения, специализированные ресурсы сети «Интернет» в соответствии с целями и задачами общеразвивающей программы, её характеристиками и возрастными особенностями учащихся.

Задания в группе WhatsApp или в социальной сети Вконтакте позволяют создать закрытые группы или сообщества, а также чаты для группы или по направлению деятельности. В группе не только публикуются записи с важной информацией, но и хранятся учебные документы, конспекты, видео; размещаются учебные материалы: презентации, таблицы, задания, картинки, аудио, видеофайлы, тесты и др. По электронной почте, возможно разослать и собрать учебный материал всем участникам образовательного процесса индивидуально.

При дистанционном обучении учащимся предлагаются такие формы работы и виды деятельности, с которыми они смогут справиться самостоятельно, формат заданий может быть в виде творческих и проектных работ, коллективных работ с дистанционным взаимодействием.

С учетом воспитательных задач программы возможно включение заданий по участию учащихся в социально значимых мероприятиях различного уровня, организованных в дистанционном режиме.

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме.

Важными компонентами эффективного занятия являются создание благоприятного эмоционального фона, психологического комфорта, ситуации успеха, обеспечение личностно ориентированного и дифференцированного подхода к учащимся.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

Особенности организации образовательного процесса:

В методах и приемах организации деятельности учащихся на занятиях объединения «Футбол» в большей степени ориентированных на самостоятельную, практическую и умственную и физическую деятельность детей, на развитие навыков контроля и самоконтроля, а также познавательную активность учащихся.

Особое внимание на занятиях обращено на такие качества ребенка, развитие и совершенствование которых очень важно для формирования полноценной, самостоятельно мыслящей личности. Это – внимание, восприятие, различные виды памяти и мышления.

Условия набора в коллектив: в объединение принимаются все желающие с 13 лет на добровольной основе. Зачисление производится по заявлению от родителей (законных представителей). Реализация дополнительной общеразвивающей программы осуществляется круглогодично («образование без каникул»), поскольку в летний период в её рамках осуществляется самостоятельная деятельность детей, выполнение заданий по пройденному материалу.

Условия формирования групп: для формирования постоянных групп, набор детей проводится в начале учебного года без конкурсного отбора при отсутствии у детей медицинских противопоказаний к занятиям баскетболом.

В течение учебного года в объединение могут быть приняты все желающие, прошедшие собеседование при наличии свободных мест.

Количество учащихся в группе:

1 год не менее 15 человек

2 год не менее 12 человек

Возможен дополнительный набор учащихся, при условии свободных мест.

Формы организации занятий

групповые, индивидуально-групповые, по подгруппам, индивидуальные, самостоятельная работа.

Формы проведения занятий: основной формой организации деятельности является учебное занятие. Оно может быть построено как традиционно, так могут быть использованы и другие формы:

- тренировочные занятия,
- лекция,
- мастер-класс,
- игра,
- соревнования,
- участие в выставке,
- дистанционная,
- проведение занятий в режиме on-line;
- индивидуальные консультации в режиме on-line, данная форма организации образовательного процесса позволяет оперативно оказывать индивидуальную помощь учащимся по освоению отдельных тем или разделов программы.

При обучении по программе, могут быть использованы дистанционные образовательные технологии по всем темам и разделам календарно-тематического планирования.

Формы организации деятельности учащихся:

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

- фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно: показ, объяснение, беседа);
- коллективная (организация взаимодействия между всеми детьми одновременно.);
- групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах, в тройках);
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных двигательных навыков и технических элементов, работа с отстающими).

Материально-техническое оснащение:

- спортивный зал, с комнатами для переодевания учащихся;
- спортивная площадка с разметкой для игры в футбол;
- футбольные мячи;
- футбольные ворота;
- шведские стенки;
- конусы;
- обручи;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические маты;
- скакалки;
- секундомер;
- судейский свисток.

Учащимся необходимо иметь спортивную форму и спортивную обувь.

Учебный план 1 года обучения

N п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2		2	<u>Очное обучение:</u> контрольные испытания <u>Дист./эл.обучение:</u> тест - фотоотчет
2	Основы физической культуры	6	3	3	
2.1	Физическое воспитание и развитие	2	1	1	<u>Очное обучение:</u> опрос <u>Дист./эл.обучение:</u> анкетирование в электронной форме
2.2	Психологическая культура учащегося	2	1	1	<u>Очное обучение:</u> опрос <u>Дист./эл.обучение:</u> анкетирование в электронной форме
2.3	Владение приемами помощи и самопомощи при травме	2	1	1	<u>Очное обучение:</u> наблюдение, опрос

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
3	Общая физическая подготовка	32	4	28	
3.1	Общеразвивающие упражнения без предметов	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
3.2	Общеразвивающие упражнения с предметами	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
3.3	Легкоатлетические упражнения.	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
3.4	Спортивные игры с мячом, подвижные игры	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
4	Специальная физическая подготовка	32	4	28	
4.1	Упражнения для развития быстроты и ловкости	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
4.2	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
4.3	Упражнения для развития специальной выносливости	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
4.4	Техника передвижений	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> показ, наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
5	Технико-тактическая подготовка	50	5	45	
5.1	Техника ведения мяча	10	1	9	<u>Очное обучение:</u> показ, наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
5.2	Техника ударов по мячу ногой, головой	10	1	9	<u>Очное обучение:</u> показ, наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

5.3	Техника передач и остановки мяча	10	1	9	<i>Очное обучение:</i> показ, наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
5.4	Тактика и техника действий в защите и в нападении	10	1	9	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
5.5	Тактика и техника в двусторонних играх	10	1	9	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
6	Игровая практика	18	4	14	
6.1	Правила игры. Судейство	4	2	2	<i>Очное обучение:</i> опрос, тесты <i>Дист./эл.обучение:</i> анкетирование в электронной форме
6.2	Соревнования. Правила соревнований	4	2	2	<i>Очное обучение:</i> опрос, тесты <i>Дист./эл.обучение:</i> анкетирование в электронной форме
6.3	Игра в командах	10		10	<i>Очное обучение:</i> игры в командах <i>Дист./эл.обучение:</i> анкетирование в электронной форме
6	Контрольное и итоговое занятия	4	1	3	
6.1	Контрольное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение:</i> контрольные испытания <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
6.2	Итоговое занятие	2	0	2	<i>Очное обучение:</i> подведение итогов <i>Дист./эл.обучение:</i> фотоотчет
	Итого	144	20	124	

Учебный план 2 года обучения

N п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2		2	<i>Очное обучение:</i> контрольные испытания <i>Дист./эл.обучение:</i> тест - фотоотчет

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

2	Основы физической культуры	6	3	3	
2.1	Физическое воспитание и развитие	2	1	1	<i>Очное обучение:</i> опрос <i>Дист./эл.обучение:</i> анкетирование в электронной форме
2.2	Психологическая культура учащегося	2	1	1	<i>Очное обучение:</i> опрос <i>Дист./эл.обучение:</i> анкетирование в электронной форме
2.3	Владение приемами помощи и самопомощи при травме	2	1	1	<i>Очное обучение:</i> наблюдение, опрос <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
3	Общая физическая подготовка	32	4	28	
3.1	Общеразвивающие упражнения без предметов	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
3.2	Общеразвивающие упражнения с предметами	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
3.3	Легкоатлетические упражнения.	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
3.4	Спортивные игры с мячом, подвижные игры	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
4	Специальная физическая подготовка	32	4	28	
4.1	Упражнения для развития быстроты и ловкости	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
4.2	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
4.3	Упражнения для развития специальной выносливости	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> наблюдение <i>Дист./эл.обучение:</i> видеоотчет
4.4	Техника передвижений	8	1	7	<i>Очное обучение:</i> показ, наблюдение

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
5	Технико-тактическая подготовка	48	5	43	
5.1	Техника ведения мяча	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> показ, наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
5.2	Техника передач и остановки мяча	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> показ, наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
5.3	Техника ударов по мячу ногой, головой	8	1	7	<u>Очное обучение:</u> показ, наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
5.4	Тактика и техника действий в защите и в нападении	12	1	11	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> тестовое задание
5.5	Тактика и техника в двусторонних играх	12	1	11	<u>Очное обучение:</u> наблюдение <u>Дист./эл.обучение:</u> тестовое задание
6	Игровая практика	20	4	16	
6.1	Правила игры. Судейство	4	2	2	<u>Очное обучение:</u> опрос, тесты <u>Дист./эл.обучение:</u> тестовое задание
6.2	Соревнования. Правила соревнований	4	2	2	<u>Очное обучение:</u> опрос, тесты <u>Дист./эл.обучение:</u> тестовое задание
6.3	Игра в командах	12		12	<u>Очное обучение:</u> игры в командах <u>Дист./эл.обучение:</u> тестовое задание, фотоотчёт
6	Контрольное и итоговое занятия	4	1	3	
6.1	Контрольное занятие	2	1	1	<u>Очное обучение:</u> контрольные испытания <u>Дист./эл.обучение:</u> видеоотчет
6.2	Итоговое занятие	2		2	<u>Очное обучение:</u> подведение итогов <u>Дист./эл.обучение:</u> фотоотчет
	ИТОГО	144	20	124	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC