

УПРАВЛЕНИЕ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД-КУРОРТ СОЧИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩНОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 57 г. СОЧИ  
имени Героя Советского Союза Чекменёва Григория Анатольевича

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 57  
г. Сочи Чекменёва Г.А.  
Приказ № 01/18 от 01.09.2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

## «Гандбол»

Уровень: ознакомительный  
*ознакомительный, базовый, углубленный*

Срок реализации программы (общее количество часов) 1 год (108 часов)

Возрастная категория: от 10 до 17 лет

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер программы в Навигаторе: 17136

Составитель:  
**Шорохов Григорий Борисович**  
(Ф.И.О. преподавателя)  
Педагог дополнительного  
образования

г. Сочи 2023 г.

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты».**

### **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Гандбол» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным 07.12.2018;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (далее – Концепция);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Краевыми методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ;
- Уставом МОБУ СОШ №57 г.Сочи имени Героя Советского Союза Чекменева Г.А.

**Направленность дополнительной общеобразовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Гандбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа ознакомительная, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

**Актуальность программы** в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Гандбол позволяет решить проблему занятости детей в свободное от учебы время, пробуждает интерес к определенному виду спорта.

**Новизна и оригинальность** программы «Гандбол для всех» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале разнообразными подвижными и спортивными играми. Наиболее интересной и физически разносторонней является игра гандбол, которая развивает все необходимые двигательные качества (выносливость, быстроту, силу, координацию движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.). В этой игре также формируются личностные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что она составлена с учетом физического развития и подготовленности детей 10-17 лет. Срок реализации 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 академическому часу. Рассчитана на 108 часов.

Программа учитывает возрастные особенности детей, тем самым включает в себя научно-обоснованные эффективные средства и методы физического воспитания. При таком подходе физическое воспитание способствует сохранению и укреплению здоровья детей, улучшению их физического развития.

#### **Адресат программы.**

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: 10-17 лет. Занятия групповые. Наполняемость групп 10-20 человек, могут заниматься мальчики и девочки, не имеющие медицинских противопоказаний. Набор производится по желанию учащихся и их родителей.

В реализации программы также могут участвовать дети с ОВЗ, имеющие медицинское разрешение.

#### **Уровень программы.**

Программа реализуется на ознакомительном уровне.

#### **Объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения – 108 часа.

#### **Формы обучения.**

Форма обучения – очная. Формы организации деятельности групповая, в парах, работа по подгруппам, индивидуальная.

#### **Режим занятий.**

Занятия по программе проводятся 1 раз в неделю по 3 академических часа (45 минут), перерыв 15 минут.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

При реализации программы могут быть организованы группы учащихся одного возраста или разных возрастных групп (разновозрастные группы), являющиеся основным составом. Состав групп постоянный.

Занятия могут проходить индивидуально, в парах, по подгруппам и группам. В программе используются следующие формы проведения занятий: практическое занятие с элементами теории, промежуточные и итоговые просмотры, игра и т.д.

**Цель программы** - создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом; формирование навыков здорового образа жизни, формирование сборной команды школы для участия в городских соревнованиях.

#### **Задачи:**

*образовательные:*

1 - формирование знаний и умений по организации самостоятельных занятий по волейболу;

2 - совершенствование технико-тактических действий игры в волейбол;

**оздоровительные:**

1 - повышение функциональных возможностей основных систем организма;

2 - совершенствование двигательных функций и повышение общей работоспособности;

3 - развитие основных физических качеств;

4 - укрепление здоровья;

5 - совершенствование телосложения и гармоничное развитие физиологических функций.

**воспитательные:** воспитание трудолюбия, целеустремленности, чувства коллективизма.

**Планируемые результаты:**

**Знать:** Основы знаний о здоровом образе жизни.

Историю развития вида спорта «гандбол» в школе, стране.

Правила игры в гандбол.

Тактические приемы в гандболе.

**Уметь:** Выполнять основные технические приемы гандболиста.

Проводить судейство.

Проводить разминку гандболиста, организовывать проведение подвижных игр.

**Развить качества личности:**

Развить коммуникабельность, умение работать и жить в коллективе, трудолюбие, целеустремленность.

**Содержание программы:**

**Учебный план:**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ко нтроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Раздел 1. <b>Теоретические сведения</b>	2	2		Устный опрос. входная диагностика
2	Раздел 2. <b>Общая физическая подготовка</b>	26		26	Игра, соревнование
3	Раздел 3. <b>Специальная физическая подготовка</b>	18		18	Игра, соревнование
4	Раздел 4. <b>Техническая и тактическая подготовка</b>	18		18	Игра, соревнование
5	Раздел 5. <b>Игровая подготовка</b>	40		40	Игра, соревнование
6	Раздел 6. <b>Контрольные нормативы</b>	4		4	Сдача контрольных нормативов
	Итого:	108	2	106	

## Содержание учебного плана:

### Теоретические сведения:

- История возникновения гандбола в России. Правила игры. Состав команды, форма игроков.
- Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях гандболом.
- Сведения о строении и функциях организма человека.
- Влияние физических упражнений на организм человека.
- Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Правила игры баскетбола, судейская жестикуляция и терминология.
- Техническая подготовка гандболистов.
- Тактическая подготовка гандболистов.

- Подведение итогов года.

### **Общая физическая подготовка:**

- Строевые упражнения.

- Упражнения для рук плечевого пояса.

- Упражнения для ног.

- Упражнения для шеи и туловища.

- Упражнения для всех групп мышц.

- Подвижные игры: «Пятнашки», «Пустое место», «Снайперы», «Мяч водящего», «Гонка мячей».

- Упражнения для развития быстроты.

- Упражнения для развития ловкости.

- Упражнения для развития гибкости.

- Упражнения для развития прыгучести.

### **Специальная физическая подготовка:**

- Упражнения для развития быстроты: ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м. (из различных исходных положений) лицом, боком, спиной вперед.

- Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

- Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, челноком, с поворотом).

- Упражнения для развития специальной прыгучести: многократные прыжки с ноги на ногу, выпрыгивания вверх с доставанием ориентира, прыжки на одной ноге и толчком двух ног (вперед, вверх, в стороны).

- Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

- Упражнения для развития скорости реакции по зрительным и звуковым сигналам.

- Упражнения для развития чувства мяча. Жонглирование одним, двумя мячами.

- Подбрасывания и ловля на месте, в движении, бегом.

- Метание различных мячей в цель.

- Эстафеты с разными мячами.

### **Техническая подготовка:**

- Обучение передвижению в стойке гандболиста.

- Обучение технике остановок прыжком и двумя шагами.

- Обучение прыжку толчком двух ног и одной ноги.
- Повороты вперед и назад.
- Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке при встречном и параллельном движении.
- Передача мяча двумя одной рукой на месте, в движении, в стену, парами, при встречном и параллельном движении.
- Ведение мяча на месте, в движении, с изменением направления, скорости, высоты отскока.
- Броски одной рукой с места, слева, справа, с отскоком от пола, в движении.
- Броски в ворота одной рукой от плеча на месте слева, справа, с середины, без отскока и с отскоком от пола.
- Обучение технике броска с двух шагов в движении.

### **Тактическая подготовка:**

#### Нападение

- Выход для получения мяча на свободное место.
- Обманный выход для отвлечения защитника.
- Розыгрыш мяча короткими передачами.
- Атака кольца.
- «Передай мяч и выходи».
- Наведение своего защитника на партнера.

#### Защита

- Противодействие получению мяча.
- Противодействие выходу на свободное место.
- Противодействие розыгрышу мяча.
- Противодействие атаке ворота.
- Подстраховка.
- Система личной защиты.

### **Игровая подготовка:**

- Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5.
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами гандбола.



### **Контрольные нормативы:**

- Прыжки вверх с места, бег 30 метров.
- Передвижения в защитной стойке, скоростное ведение мяча, передачи мяча, дистанционные броски, штрафные броски.

### **Самоподготовка:**

- отработка техники броска;
- отработка техники ведения мяча;
- отработка техники передачи мяча;
- просмотр игр и изучение правила игры;
- отработка специальных физических упражнений.

### **Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

#### **Календарный учебный график программы**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятий	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1		Гандбол. Техника безопасности. 1.5ч. Стойка на подающих. Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность бега. ОРУ, подвижные игры.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
2		.Передача малого мяча на месте из различных положений ОРУ, стойка гандболиста. Специально беговые упражнения, подвижные игры.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
3		Ходьба и бег разновидности с мячом в руках. ОРУ Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
4		Передачи малого мяча на месте из различных положений. Разновидность бега, ОРУ в парах,	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование

		Применение передачи при встречном движении партнёров.					
5		Ходьба и бег. Разновидности с мячом в руках. ОРУ. Подвижные игры, эстафеты с элементами гандбола.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
6		Бег с изменением направление Ведение мяча на месте ОРУ. Специально прыжковые упражнения, гандбол	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
7		Бег с изменением скорости. разновидность бега. Мини-гандбол игра. Применение передачи при движении в одном направлении.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
8		Бег по отрезкам из различных исходных положений с мячом гандбольным в руках. Упр. на осанку, передача в парах ОРУ. Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
9		Состояние и развитие гандбола в России. Медленный бег, разновидность бега. ОРУ в парах, маховые движения рук.	3		Групповая	Спорт площадка	Сдача нормативов
10		Бег спиной вперед с мячом и без мяча. Разновидность бега, ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры, эстафеты с элементами гандбола.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
11		Челночный бег на время Школа гандболиста Прыжок с двух ног с места, с 3-х. 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
12		Прыжки вверх в стороны вперед отталкиваясь одной и двумя ногами Упражнения для	3		Групповая	Спорт площадка	Игра

		развития качеств, подвижные игры					
13		Состояние и развитие гандбола в России Ловля мяча 2мя руками на месте Мини-гандбол игра.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
14		Упражнения для развития общей выносливости. Упражнения для рук и плечевого пояса ОРУ игра	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
15		Прыжок с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры	3		Групповая	Спорт площадка	Сдача нормативов
16		Медленный бег, разновидность бега. ОРУ Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
17		Упражнения для развития общей выносливости. Упражнения для ног, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
18		Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
19		Упражнения для развития игровой ловкости. Ловля мяча двумя руками при активном сопротивлении Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Сдача нормативов
20		Ловля мяча двумя руками на месте. Бросок мяча правой и левой рукой сверху в опорном положении.ОРУ.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
21		Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование

22		Ловля двумя руками в прыжке. Бросок мяча правой и левой рукой сверху в прыжке. Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
23		Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность прыжков. ОРУ, передачи мяча. Специально беговые упражнения. Действия двух нападающих против одного защитника.	3		Групповая	Спорт площадка	Сдача нормативов
24		Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, стойка волейболиста, передвижение. ОРУ. Пионербол	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
25		Медленный бег, разновидность бега ОРУ в парах, передвижения, верхняя передача мяча	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
26		Тактика вратаря. Выбор позиции в воротах. Задержание мяча с отраженного отскока.Игра	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
27		Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, Мини-гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Сдача нормативов
28		Медленный бег, разновидность бега.Передача мяча в движении.Игра	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
29		Медленный бег, разновидность бега, ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры. Соревнования по гандболу.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
30		Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые	3		Групповая	Спорт площадка	Игра

		упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола.					
31		Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
32		Медленный бег, разновидность бега. Игра гандбол.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
33		Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола.	3		Групповая	Спорт площадка	Сдача нормативов
34		Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола. Контрольные испытания.	3		Групповая	Спорт площадка	Игра
35		Передача мяча при движении партнеров в одном направлении. Ведение мяча с низким отскоками. Игра	3		Групповая	Спорт площадка	Соревнование
36		Бросок с разбега с горизонтальной траекторией полета мяча Штрафной бросок Игра	3		Групповая	Спорт площадка	Игра

### **Условия реализации программы:**

Данная программа создает условия для приобретения общих (универсальных) способов действия (способностей и умений), позволяющих человеку понимать ситуацию, достигать результатов в разных видах деятельности, что составляет основу (сущность) компетентного подхода в дополнительном образовании.

Программа направлена на становление следующих ключевых (сквозных) компетентностей:

- познавательная компетентность (способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте; использование наблюдений, измерений, моделирования; комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения);
- коммуникативная компетентность (владение различными средствами устного общения; выбор адекватных ситуациям форм вербального и невербального общения, способов формирования и формулирования мысли; владение способами презентации себя и своей деятельности);
- организаторская компетентность (планирование и управление собственной деятельностью; владение навыками контроля и оценки деятельности; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности).

Программа обеспечивает становление ряда специальных компетентностей (способность быстрого реагирования и быстрого принятия решений в условиях дефицита времени, формирование базовой техники игровых приемов).

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются:

- участие в соревнованиях по возрастной программе, общегородских мероприятий;
- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- овладение теоретическими знаниями и навыками;
- выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий по общепринятой методике, разработанной педагогом дополнительного образования. Педагогам рекомендуется давать занимающимся задания на дом для самостоятельного

совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе.

Большое значение должно отводиться физической подготовке, направленной на развитие физических качеств. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических качеств и функциональных возможностей, специфичных для гандболистов.

Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приемов владения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность гандболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от основных особенностей планирования занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определенных физических качеств. Для эмоциональности занятий следует широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются и физические качества занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по мини-футболу, у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый гандболисту – его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки гандболиста. На всех этапах занятий идет непрерывный процесс обучения технике гандбола и совершенствования ее.

Большое значение для успешного обучения техническим приемам игры имеют мячи, соответствующие возрасту занимающихся. Для эффективности обучения техническим приемам игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

Для успешного овладения программным материалом необходимо сочетать занятия в секции с самостоятельной работой, которая предлагается учащимся в

виде занятий, разработанных педагогом дополнительного образования совместно.

### **Материально-техническое обеспечение**

1. Мячи гандбольные.
2. Скакалки.
3. Маты гимнастические.
4. Гимнастические скамейки.
5. Ворота с сетками.
6. Мячи набивные.
7. Гимнастические стенки.
8. Стойки, конусы.
9. Перекладины навесные.
10. Свисток.
11. Секундомер.

Для реализации программы школа имеет спортивную базу: школьный стадион (весенне-летний период); спортзал школы (осенне-зимний период);

**Методом контроля** является *метод наблюдения* в результате, которого выносятся оценочные суждения по овладению учащимся игровыми действиями (тактическими действиями) соответственно возрастной группе и периоду обучения.

**Формой контроля** освоения игровых действий являются внутригрупповые игры, соревнования, товарищеские встречи.

### **Примерные нормативные требования по общей физической подготовке**

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет						
		11	12	13	14	15	16	17
Бег 30 м с высокого старта, с	м	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9	4,8	4,7
	д	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,3



Бег 300 м, с	м	60,0	58,0					
	д	62,0	61,0					
Челночный бег, 3*10 м, с	м	32	36	8,5	8,3	8,0	7,6	7,4
	д	29	32	9,0	9,0	8,8	8,6	8,6
6-минутный бег, м	м	160	170	1200	1200	1300	1350	1400
	д	-	950	1000	1050	1100	1100	1200
Прыжок в высоту места, см	м	40	48	53	57	60	64	68
	д	34	36	38	40	42	44	48
Прыжок в длину места, см	м	178	185	190	194	197	200	220
	д	145	150	155	160	165	170	190
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0	8,4	8,8
	д	4,6	4,8	5,2	5,6	6,0	6,4	6,8
Подтягивание из виса на перекладине, раз	м	-	-	5	6	7	8	10
	д	-	-	-	-	-	-	-
Отжимания из упора на полу, раз	м	10	15	-	-	-	-	-
	д	7	9	12	14	16	18	20

### Кадровое обеспечение.

Для реализации программы педагог дополнительного образования должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или в области соответствующей преподаваемому предмету, либо

высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении. Педагог должен демонстрировать знания, умения и навыки преподаваемого по программе предмета.

## **РАЗДЕЛ ВОСПИТАНИЯ.**

### **ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ В КРУЖКАХ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Воспитательные задачи, содержание и формы работы определяются запросами, интересами, потребностями детей и их родителей, условиями образовательной организации, социума. При составлении плана воспитательной работы учитывались требования образовательных программ многолетней подготовки спортсменов по видам спорта: спортивный туризм, спортивное ориентирование, скалолазание.

#### **Цели:**

- 1.Формирование базовых компетентностей: социальных, коммуникативных, ценностно-смысловых и общекультурных через воспитание в детях толерантности, принятия и понимания других людей, умения позитивно с ними взаимодействовать.
2. Создание оптимальных условий для развития, саморазвития и самореализации личности обучающегося - личности психически и физически здоровой, гуманной, духовной и свободной, социально мобильной, востребованной в современном обществе.

#### **Задачи воспитательной работы:**

- 1.Воспитание обучающихся в духе демократии, личностного достоинства, уважения прав человека, гражданственности, патриотизме.
- 2.Развивать мотивации личности к познанию своих способностей к определенному виду спорта.
- 3.Содействие формированию сознательного отношения обучающихся к своей жизни, здоровью, а также жизни и здоровью окружающих людей.
- 4.Создание условий для участия семей обучающихся в воспитательном процессе.
- 5.Разработать и реализовать систему мониторинга эффективности воспитательного процесса.

#### **Основные направления воспитания и социализации:**

- 1.Воспитание гражданственности, патриотизма, социальной ответственности и компетентности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека.
- 2.Воспитание нравственных качеств: честности, доброжелательности, терпимости, коллективизма, дисциплинированности, выдержки и самообладания.
- 3.Воспитание волевых качеств: настойчивость, смелость, упорство, терпеливость.
- 4.Формирование ценностного отношения к семье, здоровью и здоровому образу жизни.
- 5.Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание).

6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях, основ эстетической культуры (эстетическое воспитание, аккуратность), воспитание трудолюбия.

Все направления воспитания и социализации важны, дополняют друг друга и обеспечивают развитие личности на основе отечественных духовных, нравственных и культурных традиций.

### **Принципы воспитательного процесса:**

**Принцип ориентации на идеал.** Идеалы определяют смыслы воспитания, то, ради чего оно организуется. Идеалы сохраняются в традициях и служат основными ориентирами человеческой жизни, духовно-нравственного и социального развития личности.

**Принцип следования нравственному примеру.** Следование примеру — ведущий метод воспитания. В примерах демонстрируется устремлённость людей к вершинам духа, персонифицируются, наполняются конкретным жизненным содержанием идеалы и ценности. Особое значение для духовно-нравственного развития обучающегося имеет пример педагога.

**Принцип диалогического общения со значимыми другими.** В формировании ценностей большую роль играет диалогическое общение подростка со сверстниками, родителями, тренером-преподавателем и другими значимыми взрослыми. Наличие значимого другого в воспитательном процессе делает возможным его организацию на диалогической основе. Диалог исходит из признания и безусловного уважения права обучающегося свободно выбирать и сознательно присваивать ту ценность, которую он полагает как истинную. Диалог не допускает сведения нравственного воспитания к морализаторству и монологической проповеди, но предусматривает его организацию средствами равноправного межсубъектного диалога. Выработка личностью собственной системы ценностей, поиски смысла жизни невозможны вне диалогического общения подростка со значимым другим.

**Принцип идентификации.** Идентификация — устойчивое отождествление себя со значимым другим, стремление быть похожим на него.

В подростковом возрасте идентификация является ведущим механизмом развития ценностно-смысловой сферы личности. Духовно-нравственное развитие личности подростка поддерживается примерами. В этом случае срабатывает идентификационный механизм — происходит проекция собственных возможностей на образ значимого другого, что позволяет подростку увидеть свои лучшие качества, пока ещё скрытые в нём самом, но уже осуществившиеся в образе другого. Идентификация в сочетании со следованием нравственному примеру укрепляет совесть — нравственную рефлексию личности, мораль — способность подростка формулировать собственные нравственные обязательства, социальную ответственность — готовность личности поступать в соответствии с моралью и требовать этого от других.

**Принцип полисубъектности воспитания и социализации.** В современных условиях процесс развития, воспитания и социализации личности имеет полисубъектный, многомерно-деятельностный характер. Ребёнок включён в различные виды социальной, информационной, коммуникативной активности, в содержании которых присутствуют разные, нередко противоречивые ценности и мировоззренческие установки. Эффективная организация воспитания и социализации возможна при условии согласования (прежде всего, на основе общих духовных и общественных идеалов, ценностей) социально-педагогической деятельности различных общественных субъектов: школы, семьи, учреждений дополнительного образования, культуры, спорта и др. При этом деятельность образовательного учреждения, педагогического коллектива школы в организации социально-педагогического партнёрства должна быть ведущей, определяющей ценности, содержание, формы и методы воспитания и социализации обучающихся в учебной, внеучебной, внешкольной, общественно значимой деятельности.

**Принцип совместного решения лично и общественно значимых проблем.** Личностные и общественные проблемы являются основными стимулами развития человека. Их решение требует не только внешней активности, но и существенной перестройки внутреннего душевного, духовного мира личности, изменения отношений личности к явлениям жизни. Воспитание — это оказываемая значимым другим педагогическая поддержка процесса развития личности воспитанника в процессе совместного решения стоящих перед ним лично и общественно значимых проблем.

**Принцип системно - деятельностной организации воспитания.**

Принятие ребенком ценностей происходит через его собственную деятельность, педагогически организованное сотрудничество с тренером-преподавателем, родителями, сверстниками, другими значимыми для него субъектами. Воспитание должно охватывать все виды образовательной деятельности: учебно-тренировочную, соревновательную, досуговую.

**Планируемые результаты:**

- У обучающихся сформированы представления о базовых национальных ценностях российского общества;
- Обучающиеся активно включены в коллективную спортивную и творческую деятельность, ориентированную на общечеловеческие и национальные ценности.
- Занятость обучающихся в учебно-тренировочном процессе и участие в соревновательной деятельности направлена на развитие мотивации личности к познанию и творчеству.
- Система мониторинга эффективности воспитательного процесса позволяет своевременное выявление и анализ изменений, происходящих в воспитательном процессе, и факторов, вызывающих их.

- Система работы способствует совершенствованию семейного воспитания на примерах традиций семьи, усилению роли семьи в воспитании детей.

## КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

<b>Задачи воспитания</b>	<b>Направление воспитательной работы</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Ответственные</b>
Физическое воспитание	Организация плановой физической подготовки	Тренировочный процесс	В течение года	педагоги дополнительного образования
	Проведение спортивно-массовых мероприятий	Единый календарный план физкультурно-спортивных мероприятий на год	В течение года	методисты, педагоги-организаторы, педагоги дополнительного образования
Гражданско-патриотическое воспитание	Формирование гражданина-патриота	Организация бесед на патриотические темы	В течение года	педагоги дополнительного образования
	Воспитание учащихся на героических подвигах народов России	Участие в акции «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк», в военно-патриотических экспедициях по маршрутам Боевой Славы	Апрель- май	педагоги дополнительного образования
	Воспитание учащихся на спортивных традициях	Проведение спортивных праздников, посвящённых памятным датам и праздничным датам России.	В течение года	педагоги-организаторы, педагоги дополнительного образования

				образования
Расширение общего кругозора и эстетического воспитания	Расширение познаний в области спорта	обсуждение спортивных новостей, документальных и художественных фильмов о спортсменах	В течение года	педагоги-организаторы, педагоги дополнительного образования
	Знакомство с художественно-творческой жизнью страны и региона	знакомство с архитектурными, историческими и культурными достопримечательностями городов, экскурсии (в рамках участия в спортивных мероприятиях или специально организованных экскурсиях)		педагоги дополнительного образования
Связь с семьёй	Разъяснение об ответственности родителей за воспитание своих детей. Помощь родителей в воспитании своих детей	проведение родительских собраний	сентябрь январь май	педагоги дополнительного образования
	Привлечение родителей к проведению и участию в физкультурно-оздоровительных и	Проведение физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий совместно с родителями:	В течение года	педагоги дополнительного образования

	спортивных мероприятиях	Дней здоровья, выездов на турбазы, на учебно-тренировочные сборы		
Профилактика правонарушений и асоциального поведения	Проведение с обучающимися бесед о вреде курения, наркомании, о соблюдении спортивного режима.	Проведение бесед о здоровом образе жизни	В течение года	педагоги дополнительного образования



## Список литературы

1. Игнатъева В.Я. «Гандбол» «Физкультура и спорт».
2. Физкультура и Спорт (малая энциклопедия), Москва, «Радуга», 2015г..
3. Гандбол в школе. Азбука юного гандболиста: пособ. для учащихся общеобразоват. учреждений / А. Л. Гречин. — Минск : Пачатковая школа, 2016г..
4. Шестаков М.П., Шестаков И.Г. Гандбол. Тактическая подготовка. - М.: СпортАкадемПресс, 2014г..
5. Гандбол: Справочник / Сост. Н. П. Клусов — М.: Физкультура и спорт, 2014г. — 224 с.
6. Гандбол: примерная программа для спортивно-оздоровительных групп детско-юношеских спортивных школ системы дополнительного образования детей / Тхорев В.И., Максимов В.С., Анисимова А.В., Патокова Е.С., 2015г..