

**РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН,
реализующиеся в физкультурно-спортивном отделе МБУДО ЦДТ «Олимп» в 2020-2021 учебном году**

№ п/п	ФИО ПДО	Наименование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, на основании которой разработана рабочая программа	Год обучения, на который разработана рабочая программа	Аннотация к рабочей программе	Направленность рабочей программы	Формы обучения, реализуемые в рамках рабочей программы, в том числе дистанционные	Возраст учащихся по рабочей программе
	Ахмадуллин М.В.	Баскетбол-Тулпар	3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: получают теоретические сведения о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; улучшат общую физическую подготовку; освоят упражнения СФП; ознакомятся с азами технико-тактической подготовки; обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	10-12 лет
	Ахмадуллин М.В.	Баскетбол-Мастер	3-ий год обучения	<p>Цель программы- создание условий для укрепления здоровья, повышения уровня физической подготовленности, закрепления и совершенствования основных двигательных умений и навыков посредством приобщения детей к</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский</p>	15-17 лет

				<p>регулярным занятиям баскетболом.</p> <p>Ожидаемые результаты: расширят представление о баскетболе в системе физического воспитания в РФ, о деятельности Российской федерации баскетбола и федерации баскетбола Республики Татарстан;</p> <p>получат знания об особенностях влияния занятий баскетболом на функциональное состояние различных систем организма спортсменов, об основных принципах, средствах и методах спортивной тренировки баскетболистов;</p> <p>достигнут высокого уровня физической подготовленности и развития специальных физических качеств;</p> <p>научатся выполнять ловлю и передачу мяча различными способами на месте, в движении, парами, тройками с изменением расстояния, скорости, исходных положений, направлений движения.</p>		<p>контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах;</p> <p>дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
Галеев А.Я.	Баскетбол для юных	1-ый год обучения	<p>Цель программы- формирование и развитие у учащихся основных двигательных умений и навыков в баскетболе, укрепление здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом.</p> <p>Ожидаемые результаты: получат теоретические сведения о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;</p> <p>ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;</p> <p>улучшат общую физическую подготовку;</p> <p>освоят упражнения СФП;</p> <p>обучатся игровой ориентации в мини-</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;</p> <p>работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах;</p> <p>дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых</p>	10-12 лет	

				<p>баскетболе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни.</p>		<p>сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
	Горшков О.И.	Баскетбол-Старт	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование навыков здорового образа жизни, формирование основных базовых двигательных умений и навыков баскетболиста.</p> <p>Ожидаемые результаты: получат теоретические сведения о баскетболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; улучшат общую физическую подготовку; освоят упражнения СФП; обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни;</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	9-10 лет
	Гильфанова А.Г.	Шашки	2-ой год обучения	<p>Цель программы- создание условий для повышения уровня умственного развития, общей эрудиции, а также формирования навыков логического мышления посредством приобщения детей к систематическим занятиям шашками.</p> <p>Ожидаемые результаты: различные тактические приемы игры в шашки; комбинационные действия игры в шашки; технику эндшпиля;</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Индивидуальные, групповые и коллективные (игровая деятельность); дистанционная форма обучения - осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых</p>	8-11 лет

				<p>дебюты (начальные сведения об открытых, полуоткрытых началах, закрытых дебютах); основы стратегии игры в шашки. при игре использовать: тактические приемы (заграждение, отвлечение и т.п.); применять различные дебюты, (мин. по два за каждую сторону); использовать стратегические приемы.</p>		сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».	
Губайдуллина Г.С.	Азбука шахмат	1-ый год обучения	<p>Цель программы–повышение уровня интеллектуальных способностей учащихся, формирование и развитие основных знаний, умений и навыков игры в шахматы.</p> <p>Ожидаемые результаты: шахматные термины: белое и черное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнёры, начальное положение, белые, черные, ход, взятие, шах, мат, пат, ничья; названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король. правила хода и взятия каждой фигурой – ходы, в том числе шах и рокировку; нападения и взятия, в том числе и взятие на проходе; названия и порядок следования 8 первых букв латинского алфавита; цель игры: мат, пат, ничья; шахматную нотацию; абсолютную и относительную ценность фигур. приёмы и способы матования одинокого короля.</p>	Физкультура но-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых турнирах по шахматам. Дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера Whats App.</p>	8-9 лет	

			3-ий год обучения	<p>Цель программы - повышение уровня интеллектуальных способностей учащихся, формирование и развитие основных знаний, умений и навыков игры в шахматы.</p> <p>Ожидаемые результаты: записывать шахматную партию; пользоваться шахматными часами; проводить комбинации; владеть техникой матования одинокого короля; решать простейшие задач; записывать партию до 10-го хода.</p>	Физкультурно-спортивная		10-11 лет
Гуляев Г.Л.	Каратэ Дэнто Кохай	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание условий для всестороннего развития личности, слагаемыми которого являются: крепкое физическое здоровье, оптимальный уровень физической и функциональной подготовленности, высокий уровень развития морально-нравственных и специализированных психических качеств, прикладные знания, умения и навыки каратэ, а также, потребность в самосовершенствовании и здоровом образе жизни.</p> <p>Ожидаемые результаты: умеют выполнять: поперечный шпагат или близкое к нему положение; основные базовые стойки; правильную ротацию бедер вокруг вертикальной оси; базовые защитные действия в стойке; основные базовые удары руками и ногами; основные двигательные навыки и основы перемещений; базовые технические элементы, в том числе основы падений и самостраховок; контрольные нормативы по ОФП и силовой подготовке.</p>	Физкультурно-спортивная	Фронтальная организация деятельности учащихся; дистанционная форма обучения - осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».	10-11 лет	

	Заббарова Л.Ф.	Шахматные игры	1-ый год обучения	<p>Цель программы - Обучение школьников принципам шахматной игры, воспитание у них интереса и любви к игре шахматы.</p> <p>Ожидаемые результаты: Овладение детьми основами шахматной игры с переходом к самостоятельному мышлению за шахматной доской (участие в турнирах, сеансах одновременной игры, конкурсах); превращение игры в «автоматический тренажер» развития мышления и активного творчества учащихся; корректировка и совершенствование психических свойств: наблюдательности, внимания, воображения, мышления, памяти; Воспитание характера (самодисциплины, воли, рационализма); Увеличение продолжительности мыслительной деятельности ребенка.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых турнирах по шахматам. Дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера Whats App.</p>	8-11 лет
	Музеев С.И.	КЕ-Новичок	3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для детей и подростков в возрастной категории 9-11 лет обучиться основам и правилам ведения спортивных единоборств, как в ударном, так и в борцовском стиле в соответствии с правилами соревнований, развивать двигательные навыки, навыков здорового образа жизни, координацию движений, выносливость и силу, воспитать чувства уважения к старшим, любви к Родине.</p> <p>Ожидаемые результаты: изучат теоретические сведения о Комплексном Единоборстве (далее по тексту КЕ), правилах соревнований, о влиянии физических упражнений на самочувствие; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; улучшат общую</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских встречах, учебных занятиях; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера</p>	7-11 лет

				<p>физическую подготовку; освоят приемы борьбы, ударной техники и основные упражнения СФП и ОФП; будут использовать технико-тактическую подготовку в соревновательном процесс; будут выполнять основные акробатические упражнения; улучшат общее внимание, дисциплину, будут привлекать своих друзей к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; будут выполнять кувырки вперед и назад со страховкой, гимнастическое «колесо» с опорой на одну руку; будут выполнять стойку на руках не менее 5 секунд; будут выполнять гимнастический и борцовские «мосты»; будут выполнять перекидку и забегание на борцовском «мосту»; будут выполнять проход на руках не менее 3-4 шагов; будут выполнять перевороты соперника в партере на спину с захватом за плечи и колени, ключом.</p>		<p>WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
	Музеев С.И.	КЕ-Лидер	2-ой год обучения	<p>Цель программы - создание условий для детей и подростков в возрастной категории 10-13 лет совершенствовать навыки спортивных единоборств, как в ударном, так и в борцовском стиле в соответствии с правилами соревнований, развивать двигательные навыки, навыков здорового образа жизни, координацию движений, выносливость и силу, воспитать чувства уважения к старшим, любви к Родине.</p> <p>Ожидаемые результаты: получат теоретические сведения о правилах соревнований, о влиянии физических упражнений на самочувствие; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности;</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях и турнирах по спортивной борьбе различного уровня; дистанционная форма обучения – осуществляется при</p>	12-13 лет

				<p>улучшат общую физическую подготовку; освоят новые упражнения ОФП; ознакомятся с азами технико-тактической подготовки; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; будут выполнять: сдвоенный удар передней рукой «шарманка», проход за спину стоя на коленях, перевод на удержание сверху, уход от удержаний, переворот в партере на спину "ключом", заведение руки на болевой прием из положения удержания сверху, переднюю подножку с захватом ноги, зацеп стопой.</p>		<p>необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
	Музеев С.И.	КЕ-Мастер	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание условий для юношей и девушек в возрастной категории 14-18 лет совершенствовать навыки спортивных единоборств, как в ударном, так и в борцовском стиле в соответствии с правилами соревнований, совершенствовать двигательные навыки, навыки здорового образа жизни, координацию движений, выносливость и силу, воспитание чувства уважения к старшим, патриотизма.</p> <p>Ожидаемые результаты: изучат теоретические сведения о Комплексном Единоборстве (далее по тексту КЕ), правилах соревнований, о влиянии физических упражнений на самочувствие; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; повысят общ физическую подготовку; освоят приемы борьбы, ударной техники и смешанной техники и подготовительные упражнения СФП и ОФП; будут использовать технико-</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях и турнирах по спортивной борьбе различного уровня; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	14-18 лет

				<p>тактическую подготовку в соревновательном процессе; будут выполнять сложные акробатические упражнения; улучшат общее внимание, дисциплину, будут привлекать своих друзей к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; будут выполнять кувырки вперед и назад со страховкой, гимнастическое «колесо» с опорой на одну руку.</p>			
Музеева С.С.	ГНП-Панкратион	1-ый год обучения	<p>Цель программы - Создание условий для детей в возрастной категории 7-11 лет для обучения основам и правилам ведения спортивных единоборств, как в ударном, так и в борцовском стиле в соответствии с правилами соревнований, развития двигательных навыков, навыков здорового образа жизни, координации движений, выносливости и силы, воспитания чувства уважения к старшим, любви к Родине.</p> <p>Ожидаемые результаты: Ознакомятся с правилами безопасности на занятиях и мерам безопасности при обращении со спортивным инвентарем; ознакомятся с правилами техники и пожарной безопасности; получают основные сведения о Панкратионе, правилах оценки технических действий, о влиянии физических упражнений на самочувствие; улучшат общую физическую подготовку; освоят упражнения ОФП, акробатики; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; будут выполнять гимнастические упражнения кувырки вперед и назад, «Колесо»; будут выполнять стойку на плечах и голове; научатся перекидке на «борцовском мосту»; научатся прыгать на скакалке на двух ногах и перебором на одной ноге; научатся выполнять бросок с</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; Работа по индивидуальным планам; Медицинский контроль; Участие в соревнованиях, турнирах различного уровня. Дистанционная форма обучения - осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей "ВКонтакте" и "Instagram".</p>	7-10 лет	

				<p>захватом ноги/ног, заднюю подножку; научатся выполнять перевороты и удержания в партере; научатся освобождаться от удержания и захватов за руки; научатся наносить прямые удары руками и ногами; будут уметь выводить из равновесия</p>			
9	Минвалеев Ф.А.	Юный вольник	2-ой год обучения	<p>Цель программы - укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие, воспитание личностных качеств путем спортивной деятельности.</p> <p>Ожидаемые результаты: умение самостоятельно выполнять поставленные задачи, выполнять физические, акробатические упражнения для развития, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для развития специальной выносливости, ловкости; выполнять основные виды стоек и схваток единоборств; выполнять общеподготовительные и специально-подготовительные упражнения с учетом индивидуальных особенностей; выполнять приемы повышенной сложности; выполнять акробатические упражнения для развития координации; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности умение оценивать правильность выполнения своих действий уметь выполнять правильные тактические действия на чувства темпа и ритма, координацию движения.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медицинский контроль; учебные схватки; промежуточный тест; дистанционная форма обучения-осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	7-9 лет

10	Минвалеева Л.Ф.	Вольная борьба-Отары	3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для развития способностей, заложенных в ребенке природой, для дальнейшего его саморазвития, самосовершенствования, формировании личности у юношей и девушек в процессе овладения спортивной борьбой.</p> <p>Ожидаемые результаты: технику комбинирования приемов во время схваток и стоек; технико-тактические действия в условиях ведения поединков с разными соперниками; систему проведения соревнований. умение оценивать правильность выполнения своих действий; умение вносить необходимые коррективы в действие; умение формулировать собственное мнение; познавательная активность и интерес к занятиям спортом.</p>	Физкультур но- спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медицинский контроль; учебные схватки; промежуточный тест; дистанционная форма обучения-осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	10-11 лет
	Корнетов В.В.	Баскетбол-teens	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование и развитие основных двигательных умений и навыков в баскетболе.</p> <p>Ожидаемые результаты: улучшат общую физическую подготовку; освоят упражнения СФП; обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни.</p>	Физкультур но- спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых</p>	9-11 лет

						сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».	
11	Никитин А.С.	Баскетбол-Junior	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание условий для повышения уровня здоровья, физического развития и подготовленности, формирования и совершенствования основных двигательных умений и навыков посредством приобщения детей к систематическим занятиям баскетболом.</p> <p>Ожидаемые результаты: ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; улучшат специальную физическую подготовленность; освоят технику выполнения ловли и передачи мяча в движении; освоят технику выполнения ведения мяча правой и левой рукой на месте и в движении, с переводом его с одной руки на другую, с изменением направления, скорости, высоты отскока мяча; освоят технику выполнения броска мяча одной рукой из-под кольца с правой и левой стороны после остановки шагом и прыжком, штрафного броска с места и после остановки, а также броска мяча со средней дистанции с места; изучат особенности выполнения заслона игроку с мячом (двоечка) и заслона игроку без мяча (открывание игрока); научатся осуществлять розыгрыш мяча короткими, средними и длинными передачами; освоят тактические действия при атаке кольца против личной защиты соперника; научатся выполнять смену игроков в защите после постановки соперником заслона игроку с мячом; научатся выполнять заслон игроку соперника во время подбора мяча; освоят систему личной защиты против соперника;</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальному плану; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	12-13 лет

			3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для повышения уровня здоровья, физического развития и подготовленности, формирования и совершенствования основных двигательных умений и навыков посредством приобщения детей к систематическим занятиям баскетболом.</p> <p>Ожидаемые результаты: расширят представление о баскетболе в системе физического воспитания в РФ, о деятельности Российской федерации баскетбола и федерации баскетбола Республики Татарстан; получат знания об особенностях влияния занятий баскетболом на функциональное состояние различных систем организма спортсменов, об основных принципах, средствах и методах спортивной тренировки баскетболистов; достигнут высокого уровня физической подготовленности и развития специальных физических качеств; научатся выполнять ловлю и передачу мяча различными способами на месте, в движении, парами, тройками с изменением расстояния, скорости, исходных положений, направлений движения; освоят технику ведения мяча левой и правой рукой с изменением высоты отскока, направления, скорости, с остановками, а также без зрительного контроля; научатся выполнять обводку соперника с использованием финта «Crossover», с переводом мяча под ногой и за спиной; освоят технику броска мяча после ведения и обводки с двух шагов слева, справа и с середины правой и левой рукой, со средней дистанции после ловли и остановки, после ведения и обводки слева, справа и с середины; освоят технику штрафного броска с места, трёхочкового броска с места при ловле передачи мяча, в движении после ведения мяча и остановки слева, справа, с середины.</p>	Физкультурно-спортивная	15-17 лет
--	--	--	-------------------	---	-------------------------	-----------

12	Подопригора Л.П.	Волейбол	1-ый год обучения	<p>Цель программы -создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: получают теоретические сведения о волейболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; улучшат общую физическую подготовку; освоят упражнения СФП; ознакомятся с азами технико-тактической подготовки; обучатся игровой ориентации в пионерболе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; будут выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги; будут выполнять повороты вперед и назад, на 180 градусов.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах; дистанционная форма обучения - осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	12-13 лет
			2-ой год обучения,	<p>Цель программы- приобщение учащихся к особенностям игры в волейбол, выявление личностных качеств, развитие полученных умений и навыков в волейболе, развитие коммуникативной культуры.</p>			13-14 лет

Ожидаемые результаты: ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарно:

				<p>подготовки; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; научатся принимать мяч двумя руками снизу и сверху, после нападающего удара партнёра; научатся выполнять короткие, средние и длинные передачи мяча двумя руками снизу и сверху; научатся выполнять подачу в различные зоны площадки; научатся выполнять подачу с нескольких шагов разбега; научатся выполнять нападающий удар по линии, по диагонали; научатся открываться для получения мяча.</p>			
			3-ий год обучения	<p>Цель программы- создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны. Ожидаемые результаты: научатся правильно распределять нагрузки в режиме дня; улучшат свои нравственные и волевые качества, станут более выносливыми к любым нагрузкам; пополнят технико-тактический арсенал игры в волейбол; освоят разнообразную игровую практику; научатся передавать мяч двумя руками снизу и сверху в прыжке и движении; научатся принимать мяч после нападающего удара партнера; научатся принимать мяч двумя руками</p>			14-16 лет

				<p>сверху; освоят передачу мяча двумя руками снизу; освоят передачу мяча двумя руками сверху в прыжке; освоят передачу мяча одной рукой сбоку; будут выполнять нападающий удар в различные зоны волейбольной площадки.</p>			
13	Поздняков И.А.	Шахматы	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание условий для повышения уровня умственных способностей, формирования и совершенствования основных умений и навыков посредством приобщения детей к систематическим занятиям шахматами.</p> <p>Ожидаемые результаты: записывать шахматную партию; пользоваться шахматными часами; проводить комбинации; владеть техникой матования одинокого короля; решать простейшие задач; записывать партию до 10-го хода; приобретут теоретические знания и практические навыки в шахматной игре; повысят уровень развития абстрактно-логического и творческого мышления, памяти, внимания, воображения, интеллектуальных способностей, спортивной работоспособности; сформируют умения производить логические операции.</p> <p>сформируют личностные качества - трудолюбие, дисциплинированность, сознательность, активность и потребность ведения здорового образа жизни.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых турнирах по шахматам. Дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера Whats App.</p>	7-8лет
			2-ой год обучения	<p>Цель программы - создание условий для повышения уровня умственных способностей, физического развития и подготовленности, формирования и совершенствования основных умений и</p>	Физкультурно-спортивная		8-9 лет

				<p>детей к систематическим занятиям шахматами.</p> <p>Ожидаемые результаты: записывать шахматную партию; пользоваться шахматными часами; проводить комбинации; владеть техникой матования одинокого короля; решать простейшие задач; записывать партию до 10-го хода. приобретут теоретические знания и практические навыки в шахматной игре; повысят уровень развития абстрактно-логического и творческого мышления, памяти, внимания, воображения, интеллектуальных способностей, спортивной работоспособности; сформируют умения производить логические операции. сформируют личностные качества - трудолюбие, дисциплинированность, сознательность, активность и потребность ведения здорового образа жизни.</p>			
		3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для повышения уровня умственных способностей, физического развития и подготовленности, формирования и совершенствования основных умений и навыков посредством приобщения детей к систематическим занятиям шахматами.</p> <p>Ожидаемые результаты: записывать шахматную партию; пользоваться шахматными часами; проводить комбинации; владеть техникой матования одинокого короля; решать простейшие задач; записывать партию до 10-го хода. приобретут теоретические знания и практические навыки в шахматной игре; повысят уровень развития абстрактно-</p>	Физкультурно-спортивная			

				логического и творческого мышления, памяти, внимания, воображения, интеллектуальных способностей, спортивной работоспособности; сформируют умения производить логические операции. сформируют личностные качества - трудолюбие, дисциплинированность, сознательность, активность и потребность ведения здорового образа жизни.			
14	Поздняков И.А.	Шахматы и шашки	2-ой год обучения	<p>Цель программы - обучение правилам игры в шахматы, формирование умения играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами, воспитание шахматного кодекса и уважительного отношения в игре к сопернику.</p> <p>Ожидаемые результаты: - обозначение горизонталей, вертикалей, полей, шахматных фигур; ценность шахматных фигур, сравнительную силу фигур. записывать шахматную партию; матовать одинокого короля двумя ладьями, ферзем и ладьей, королем и ферзем, королем и ладьей; проводить элементарные комбинации.</p>	Физкультурно-спортивная	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых турнирах по шахматам и шашкам; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера Whats App.	8-10 лет
16	Татьянкин С.В.	Рукопашный бой	1-ый год обучения	<p>Цель программы - создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей, учащихся посредством систематических занятий рукопашным боем</p>	Физкультурно-спортивная	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, турнирах различного уровня; дистанционная форма обучения – осуществляется при	8-10 лет

				<p>состоянием самостоятельно планировать тренировочный процесс организовывать учебно-тренировочный процесс в группах начальной подготовки развить координационные способности детей сформировать стойкие умения и навыки сформировать у детей полное представления о ФК и ее возможностях повысить работоспособность и улучшить состояние здоровья занимающихся, посредством систематических занятий РБ воспитать личность, способную к самостоятельной творческой деятельности.</p>			
		2-ой год обучения	<p>Цель программы - создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей, учащихся посредством систематических занятий рукопашным боем.</p> <p>Ожидаемые результаты: применять на практике полученные теоретические знания управлять своим эмоциональным состоянием</p> <p>самостоятельно планировать тренировочный процесс организовывать учебно-тренировочный процесс в группах начальной подготовки развить координационные способности детей сформировать стойкие умения и навыки сформировать у детей полное представления о ФК и ее возможностях повысить работоспособность и улучшить состояние здоровья занимающихся, посредством систематических занятий РБ воспитать личность, способную к самостоятельной творческой деятельности.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	10-13 лет	

	Тростогон С.А.	Волейбол-young	1-ый год обучения	<p>Цель программы- создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям волейболом, формирование основных двигательных умений и навыков в волейболе.</p> <p>Ожидаемые результаты: обучатся игровой ориентации в пионерболе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; будут выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги; будут выполнять повороты вперед и назад, на 180 градусов; научатся принимать мяч двумя руками снизу; научатся передавать мяч двумя руками: сверху, снизу; научатся выполнять прямую, косую, короткую и длинную подачи мяча; научатся выполнять нападающий удар: с места, с разбега, по прямой линии, по диагонали; научатся выполнять нападающий удар после передач различной длины и высоты; научатся выбирать правильную позицию на площадке.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах; дистанционная форма обучения - осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
17	Хабибрахманов Р.К.	Самбо	3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для повышения уровня здоровья, физического развития и подготовленности, формирования и совершенствования основных двигательных умений и навыков посредством приобщения детей к систематическим занятиям самбо.</p> <p>Ожидаемые результаты: повысят специальную физическую подготовку; научатся разным тактическим приёмам самбо;</p> <p>будут уметь противодействовать сопернику, навязывающему разные</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных поединках и в аттестациях; дистанционная форма обучения –</p>	11-12 лет

				<p>захваты куртки (рукава/пояса/ворот/отворота), ног; научатся применять обманные движения в борьбе за выгодный бросковый захват куртки (рукава/пояса/ворот/отворота), ног/ноги или ситуацию для броска; научатся выводить соперника из равновесия рывками в разных направлениях, захватив куртку/ноги, с последующим использованием ситуации для коронного броска; научатся использовать основные броски в спаррингах и выполнять 20-секундные удержания и болевые приёмы на разгиб локтя/стопы, на выкрут/закрут локтя в аттестационных и спортивных поединках; научатся основным броскам стоя/с колен: через локоть, мельница, зацепы стоя/в падении, накрывание, бросок одноимённым захватом отворота, подножки, выхваты ног спереди/в сторону, сбивания толчком.</p>		<p>осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
18	Хабибрахманов Р.К.	Спортивный кикбоксинг	3-ий год обучения	<p>Цель программы - создание условий для укрепления здоровья, повышения уровня физической подготовленности, формирования и совершенствования основных двигательных умений и навыков посредством приобщения детей к регулярным занятиям спортивным кикбоксингом (Кб).</p> <p>Ожидаемые результаты: узнают о способах соблюдения правил техники безопасности и пожарной безопасности в разных ситуациях; повысят общую и специальную физическую подготовленность; освоят новые упражнения СФП; научатся разным тактическим приёмам кикбоксинга; будут уметь противодействовать сопернику,</p>	Физкультура но-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных поединках и в аттестациях; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера</p>	11-12 лет

				<p>навязывающему разные способы и приёмы ведения боя руками и ногами;</p> <p>научатся применять обманные движения в бое за выгодную ситуацию в эпизодах боя;</p> <p>научатся выводить соперника из состояния спокойной боевой уверенности разными тактико-техническими способами;</p> <p>научатся использовать основные манёвры, защиты, клинчи, обманные действия и удары руками и ногами в разных направлениях, разной силы, с разных исходных положений и на разных дистанциях с последующим использованием выгодной ситуации для завершающей атаки.</p>		<p>WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	
19	Хабибрахманов Р.К.	СРБ	2-ой год обучения	<p>Цель программы - создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям спортивным рукопашным боем, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: научатся соблюдать правила техники безопасности и пожарной безопасности и правила дорожного движения в пути следования на соревнования; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; улучшат общую и специальную физическую подготовленность, адаптируются к физическим нагрузкам; узнают о способах развития семи основных физических качеств рукопашника: быстроте, силы, выносливости, гибкости, координации, закалённости</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;</p> <p>работа по индивидуальным планам;</p> <p>медицинский контроль;</p> <p>участие в соревнованиях, турнирах, товарищеских и контрольных поединках, в промежуточной и итоговой аттестациях;</p> <p>дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и</p>	9-11 лет

				и ловкости; узнают о способах развития основных психофизических качеств рукопашника: чувств ритма, дистанции удара (вплотную, ближняя, средняя, дальняя), удара (сильного/лёгкого), времени, соперника, быстрота реакции; освоят основные удары, броски, скования и комбинаций «подставка» и «отскок» начального этапа рукопашной подготовки из техники боя и борьбы стоя и в партере; освоят основы техники и тактики ведения учебно-тренировочного спарринга		«Instagram».	
Хабибрахманов Р.К.	СРБ-Юниор	2-ой год обучения	<p>Цель программы - совершенствование двигательных умений и навыков в спортивном рукопашном бою, формирование высокого уровня физической и технико-тактической подготовки спортсменов, воспитание патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: повысят общую физическую подготовку и полностью освоят упражнения СФП; научатся свободнее перемещаться по ковру скользящими шагами в зависимости от тактической задачи в разных направлениях; будут уметь противодействовать сопернику намеревающемуся взять невыгодный захват куртки (рукава/пояса/ворота/отворота), ног/ноги; научатся крепкому захвату куртки (рукава/пояса/ворота/отворота), ног/ноги с последующим выведением из равновесия в нужную сторону; научатся выводить соперника из равновесия рывками в разных направлениях, захватив куртку/ноги, с последующим</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; медицинский контроль; участие в соревнованиях, турнирах, товарищеских и контрольных поединках, в промежуточной и итоговой аттестациях; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных</p>	9-11 лет	

				<p>броском и удержаниям; научатся использовать основные броски в спаррингах и выполнять 30-секундные удержания и болевые приёмы на разгиб локтя/стопы, на выкрут/закрут локтя; научатся основным броскам: через локоть, мельница с колен, одноимённый зацеп, подножка на пятке сбоку/спереди/сзади, накрывание, бросок одноимённым захватом отворота, выхват ног, сбивание за пятку, через спину с колен, зацепом изнутри и снаружи стоя/в падении, подсечкой сзади/изнутри.</p>		сетей «В Контакте» и «Instagram».	
Хабибрахманов Р.К.	Кикбоксинг-Юниор	2-ой год обучения	<p>Цель программы - создание условий для укрепления здоровья, повышения уровня физической подготовленности, формирования и совершенствования основных двигательных умений и навыков посредством приобщения учащихся к регулярным занятиям кикбоксингом.</p> <p>Ожидаемые результаты: улучшат общую и специальную физическую подготовленность; ознакомятся с правилами техники безопасности и пожарной безопасности; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни;</p> <p>освоят технику выполнения основных ударов ногами и кулаками в движении; освоят основы техники и тактики ведения учебно-тренировочного спарринга; освоят технику выполнения комбинаций «подставка» ногами и руками; освоят несколько приёмов самообороны против агрессивных атак ножом, палкой, ногой, рукой с последующим показом на мероприятиях в ЦДТ «Олимп», школе.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; работа по индивидуальным планам; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных поединках и в аттестациях; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	9-11 лет	

20	Хайруллин Р.М.	Бокс-патриот	1-ый год обучения	<p>Цель программы- физическое воспитание, формирование физической культуры личности, гармоничное развитие учащихся, повышение качества технической и тактической подготовки начинающих спортсменов.</p> <p>Ожидаемые результаты: знать и уметь выполнять основные элементы техники и тактики в соответствии с программным материалом. Выполнить на оценку прием, защиту, контрприем, комбинации технических действий в соответствии с программным материалом каждого года обучения; уметь проводить учебный и соревновательный бой с выполнением заданий и установок тренера.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, турнирах районного, городского и республиканского урочней; дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	12-14 лет
21	Хайрутдинов А.С.	Вольная борьба-173	1-ый год обучения	<p>Цель программы - формирование духовно – нравственной, физически развитой и здоровой личности подростка средствами занятий вольной борьбой, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: Приобретут такие личностные качества как целеустремленность, воля, трудолюбие, самоконтроль, умение достойно проигрывать, объективно оценивать ситуацию и делать выводы, стремление к самосовершенствованию. Сохранение и укрепление здоровья. Узнают об отрицательном влиянии вредных привычек на организм спортсменов. Высокая сохранность контингента учащихся (посещаемость). Положительная динамика прироста индивидуальных показателей физической и подготовленности.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медицинский контроль; учебные схватки; промежуточный тест; дистанционная форма обучения- осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	7-9 лет

			2-ой год обучения	<p>Цель программы - формирование духовно – нравственной, физически развитой и здоровой личности подростка средствами занятий вольной борьбой, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: ознакомятся с азами технико-тактической подготовки; приобретут знания о правилах техники безопасности и пожарной безопасности во время занятий по вольной борьбе; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; уметь дать оценки техническому действию.</p> <p>уметь судить схватку</p> <p>основы культуры общения и поведения в спортивном коллективе; чувство уверенности и самореализации в обществе; умение самостоятельно выполнять поставленные задачи, выполнять физические, акробатические упражнения для развития, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для развития специальной выносливости, ловкости.</p>	Физкультурно-спортивная		9-10 лет
			3-ий год обучения	<p>Цель программы - формирование духовно – нравственной, физически развитой и здоровой личности подростка средствами занятий вольной борьбой, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: технику комбинирования приемов во время схваток и стоек; технико-тактические</p>	Физкультурно-спортивная		10-11 лет

				действия в условиях ведения поединков с разными соперниками; систему проведения соревнований. умение оценивать правильность выполнения своих действий; умение вносить необходимые коррективы в действие; умение формулировать собственное мнение; познавательная активность и интерес к занятиям спортом.			
22	Хасанов Р.А.	Кадеты-юнги	1-ый год обучения	<p>Цель программы - развитие творческих способностей личности в процессе обучения игре на барабане и демонстрации дефиле, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание учащихся - патриотов своей школы, своего города, своей страны.</p> <p>Ожидаемые результаты: устройство барабана и правила ухода за инструментом; ноты, их сокращенную запись, соотношения длительностей нот и пауз; основные музыкальные понятия: такт, сильная и слабая доли, простые и сложные размеры, легато, синкопа, форшлаг; основные команды строевой подготовки; основные упражнения для устойчивости корпуса, развития ритмичности и пластичности; основные правила движения с барабаном, правила сценического поведения и безопасности во время занятий и выступлений; построения и перестроения, рисунки дефиле. читать и разбирать несложные нотные записи; выполнять ритмические упражнения на барабане.</p>	Художественно-эстетическая	Инструментальная подготовка; строевая подготовка; техническая подготовка; дефиле	11-13 лет
23	Хуснутдинов Р.Ш.	Баскетбол-Новичок	1-ый год обучения	<p>Цель программы - содействие гармоничному физическому развитию учащихся посредством приобщения к регулярным занятиям баскетболом, формирование базовых двигательных умений и навыков баскетболиста.</p> <p>Ожидаемые результаты: обучатся игровой ориентации в мини-баскетболе;</p>	Физкультурно-спортивная	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; медицинский контроль; участие в соревнованиях, товарищеских, контрольных и итоговых матчах;	8-9 лет

				улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни.		дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».	
23	Шамсутдинов А.Г.	Хоккей-Юниор	2 год обучения	<p>Цель программы - формирование потребности в здоровом образе жизни, укрепление физического и психического здоровья детей через занятия хоккеем с шайбой, развитие и совершенствование основных технико-тактических индивидуальных и командных действий.</p> <p>Ожидаемые результаты: выполнять основные физические упражнения; правильно распределять свои силы для выполнения физических нагрузок; поддерживать свой уровень физической подготовленности; с пониманием относиться к другим ребятам. мотивация к занятиям хоккеем; устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды; внимание, память, мышление, воображение; выносливость, быстрота, сила, реакция, ловкость; стремление к достижению общего результата; высокий уровень технико-тактической подготовки.</p>	Физкультурно-спортивная	<p>Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях, турнирах районного, городского и республиканского уровней;</p> <p>дистанционная форма обучения – осуществляется при необходимости при помощи платформы ZOOM, почтовых сервисов, мессенджера WhatsApp, социальных сетей «В Контакте» и «Instagram».</p>	13-15 лет