

Министерство образования Ставропольского края

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 1»

Рассмотрено

на методическом объединении воспитателей  
протокол № 1 от 29.08.2024 г.  
Руководитель МО А.Х. Челикиди

Утверждено

на педагогическом совете  
протокол № 1 от 30.08.2024 г.



Утверждаю  
Директор школы-интерната  
Н.В. Даченко

Дополнительная общеобразовательная программа  
«Спортивный марафон»  
(физкультурно-спортивная направленность)

Возрастной состав обучающихся: 9-17 лет  
Срок реализации: 1 год  
Режим работы: 2 часа в неделю  
Составила Кучеренко Ольга Георгиевна,  
учитель высшей квалификационной категории

город Железноводск  
2024 - 2025 учебный год

## СПИСОК УЧАЩИХСЯ

<b>№</b>	<b>Фамилия имя ребёнка</b>	<b>класс</b>	<b>№</b>	<b>Фамилия имя ребёнка</b>	<b>класс</b>
<b>1.</b>	Мещерякова Алена	<b>5</b>	<b>13.</b>	Войтик Николай	<b>7</b>
<b>2.</b>	Романько Вероника	<b>5</b>	<b>14.</b>	Бисерова Елизавета	<b>7</b>
<b>3.</b>	Порфиоров Руслан	<b>5</b>	<b>15.</b>	Аллахвердян Азамат	<b>7</b>
<b>4.</b>	Руденко Дмитрий	<b>5</b>	<b>16.</b>	Фигин Дмитрий	<b>8</b>
<b>5.</b>	Судейманов Амир	<b>5</b>	<b>17.</b>	Панкрашкин Николай	<b>8</b>
<b>6.</b>	Сидоров Святослав	<b>6</b>	<b>18.</b>	Комиссаров Ярослав	<b>8</b>
<b>7.</b>	Сидоров Всеволод	<b>6</b>	<b>19.</b>	Елгешина Евгения	<b>8</b>
<b>8.</b>	Милкин Владимир	<b>6</b>	<b>20.</b>	Шалимов Дмитрий	<b>9</b>
<b>9.</b>	Гуленко Константин	<b>6</b>	<b>21.</b>	Соломина Татьяна	<b>9</b>
<b>10.</b>	Руденко Родион	<b>6</b>	<b>22.</b>	Лавренов Станислав	<b>9</b>
<b>11.</b>	Елгешин Алексей	<b>7</b>	<b>23.</b>	Гусев Кирилл	<b>9</b>
<b>12.</b>	Громова Анастасия	<b>7</b>	<b>24.</b>	Абдулжалиев Тимур	<b>9</b>

## **Цели:**

- Обогащение двигательного опыта детей 9-17 лет;
- Обучение техническим и тактическим приемам игры в пионербол с дальнейшим применением их в игровой деятельности;
- Формировать навыки самоорганизации посредством занятий спортивными играми;
- Воспитывать потребность в занятиях спортивными играми.

## **Задачи:**

### **Образовательные:**

- Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, блокирование, разучить индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
- Сформировать общие представления о технике и тактике игры и начальные навыки судейства;
- Учить детей понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

### **Оздоровительные:**

- Содействовать укреплению здоровья, развитию физических качеств;
- Способствовать совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), повышению физического развития, физической подготовленности детей.

### **Воспитательные:**

- Воспитывать умение играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.
- Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, умение взаимодействовать в команде.

### **Коррекционные:**

- коррекция нарушений физического развития и психомоторики;
- коррекция и профилактика соматических нарушений;
- коррекция и развитие психических и сенсорно – перцептивных способностей;

### **Социальные:**

- Многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности;
- Развитие нравственных качеств, поведения в духе требований общества;
- Воспитание морально-волевых качеств, приучение к дисциплине, организованности, ответственности за свои поступки, активности и самостоятельности.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 3 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Дата
<b>I четверть</b>		
1.	Формирование навыков командных действий.	03.09.
2.	Обучение действиям игрока в защите.	04.09.
3.	Закрепление приема мяча с подачи, от сетки.	11.09.
4.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию.	12.09.
5.	Учебно-тренировочная игра.	17.09.
6.	Контроль выполнения приема мяча от сетки.	18.09.
7.	Закрепление технических приёмов в защите. ОРУ для рук, ног, туловища.	24.09.
8.	Закрепление технических приемов в нападении	25.09.
9.	Обучение тактическим действиям при выполнении подачи.	01.10.
10.	Обучение тактическим действиям при выполнении передач.	02.10.

11.	Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу.	08.10.
12.	Обучение командным тактическим действиям. Упражнения на координацию.	09.10.
13.	Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения.	15.10.
14.	Закрепление нападающего броска с первой и второй линии.	16.10.
15.	Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка.	22.10.
16.	Учебно-тренировочная игра.	23.10.
<b>II четверть</b>		
1.	Закрепление блокирования нападающего броска.	05.11
2.	Закрепление одиночного и двойного блока.	06.11.
3.	Учебно-тренировочная игра. Челночный бег.	12.11.
4.	Учебно-тренировочная игра.	13.11.
5.	Контроль блокирования нападающего броска.	19.11.
6.	Игра с индивидуальными заданиями.	20.11.
7.	Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи.	26.11.

8.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию.	27.11.
9.	Учебно-тренировочная игра.	03.12
10.	Учебная игра с самостоятельным судейством.	04.12.
11.	Закрепление тактических действий при выполнении передач.	10.12.
12.	Закрепление тактических действий при выполнении передач.	11.12.
13.	Закрепление групповых тактических действий в игре.	17.12.
14.	Закрепление командных тактических действий в игре.	18.12.
15.	Учебная игра с самостоятельным применением технико-тактических приемов.	24.12.
16.	Учебная игра с заданиями.	25.12.
<b>III четверть</b>		
1.	Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения.	14.01.
2.	Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения.	15.01.
3.	Закрепление технических приёмов в защите. ОРУ для рук, ног, туловища.	21.01.
4.	Совершенствование подачи в обозначенное место.	22.01.



5.	Закрепление умения играть в пас.	28.01.
6.	Совершенствование ранее изученных передач, бросков, передач и ловлю мяча.	29.01.
7.	Подвижная игра «Обгоны мяч».	04.02.
8.	Совершенствование подачи мяча от плеча, из-за головы.	05.02.
9.	Игровое упражнение «Играть по зонам».	11.02.
10.	Разучивание обманных движений (сильный замах-слабый бросок).	12.02.
11.	Подвижная игра «Мяч капитану».	18.02.
12.	Учебная игра с самостоятельным судейством.	19.02.
13.	Выполнение игровых упражнений с мячом.	25.02.
14.	Бросок мяча в стену от груди.	26.02.
15.	Одновременный бросок мяча в парах.	04.03.
16.	Закрепить умение играть, применяя тактические приёмы.	05.03.
17.	Эстафеты с элементами бега и прыжков.	11.03.
18.	Занятие в форме соревнования по форме товарищеской встрече между двумя группами.	12.03.

19.	Занятие в форме соревнования по форме товарищеской встрече между двумя группами.	18.03.
20.	Внутри школьные соревнования по пионерболу	19.03.
<b>IV четверть</b>		
1.	Закрепление правил игры в пионербол.	01.04.
2.	Беседа о взаимовыручке, коллективизме, командной игре.	02.04.
3.	Учить видеть ошибки в игре и вести счёт.	08.04.
4.	Повторить тактику в игре.	09.04.
5.	Игровые упражнения с мячом в треугольнике.	15.04.
6.	Игра в пионербол по три человека.	16.04.
7.	Учить играть быстро, соблюдая правило 5 секунд.	22.04.
8.	Совершенствовать технику броска и ловли.	23.04.
9.	Игровое упражнение «Броски по зонам».	29.04.
10.	Совершенствование обманных движений (сильный замах, слабый бросок).	30.04.
11.	Закрепление технических приёмов в защите. ОРУ для рук, ног, туловища.	06.05.



12.	Совершенствование подачи в обозначенное место.	07.05.
13.	Закрепление умения играть в пас.	13.95.
14.	Совершенствование ранее изученных подач, бросков, передач и ловлю мяча.	14.05.
15.	Учебная игра с самостоятельным судейством.	20.05.
16.	Учебная игра с самостоятельным судейством.	21.05.