

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЗАОЗЕРНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА  
ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»**

ОДОБРЕНО  
Педагогическим советом  
МБОУ «ЗСШ»  
Протокол № 5  
от «02» июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «ЗСШ»  
\_\_\_\_\_ Г.Н. Ляшкова  
Приказ от «05» июня 2025 г.  
№205

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ГОРОДОШНЫЙ СПОРТ»**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Срок реализации программы - 1 год  
Вид программы: модифицированная  
Уровень: стартовый  
Возраст обучающихся 12-14 лет  
Составитель: Сердюк Александр  
Владимирович  
Должность: педагог дополнительного  
образования

г. Евпатория  
2025 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи	8
1.3. Воспитательный потенциал программы	9
1.4. Содержание программы	10
1.5. Планируемые результаты	12
2. Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	13
2.1. Календарный учебный график	13
2.2. Условия реализации программы	14
2.3. Формы аттестации	17
2.4. Список литературы	18
3. Раздел 3. Приложения	19
3.1. Оценочные материалы	19
3.2. Методические материалы	41
3.3. Календарно-тематическое планирование	46
3.4. Лист корректировки	51
3.5. План воспитательной работы	52

## Раздел № 1 Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Городошный спорт» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами, являющимися основанием для проектирования дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 9.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 17.08.2024 г. № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года»;

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

– Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» (в действующей редакции);

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

– Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего

образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Заозерненская средняя школа города Евпатории Республики Крым» (МБОУ «ЗСШ»), утвержденный приказом Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 11 мая 2017 года № Л035-01251-91/00174925;

– Положение об организации дополнительного образования, Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, Положение о приеме, переводе и отчислении обучающихся по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам, реализуемых в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Заозерненская средняя школа города Евпатории Республики Крым» от 28.03.2025 г №108.

### **Направленность**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Городошный спорт» 12-14 лет имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Актуальность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Городошный спорт» позволяет не только последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в школе, формируя у обучающихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, но и возрождать, прививать интерес к национальным видам спорта. Городки – старинная народная игра, очень популярная среди наших предков. Не секрет, что

обучающиеся дома большую часть времени проводят в статическом положении (за столами, у телевизора, играя в тихие игры). Это увеличивает статическую нагрузку на определённые группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечёт за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

А приобщение ребёнка к спорту через игру «Городки» даёт закаливание организму, развивает физические качества, повышает активность, воспитывает чувство коллективизма.

Удовлетворение, возникающее в результате преодоления возникающих трудностей различного характера, способствует развитию волевых усилий, обогащению двигательного и жизненного опыта.

Данная программа педагогически целесообразна, т.к. систематические занятия городошным спортом позволяют поправить здоровье, развить и реализовать таланты, заложенные в детях природой.

Отличительной особенностью программы является то, что, получая знания об игре, обучающиеся сразу могут их использовать, пробовать свои силы и соревноваться друг с другом.

### **Новизна программы**

Программа «Городошный спорт» учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. Педагог дополнительного образования формирует толерантность как личностное качество у детей среднего и старшего школьного возраста на основе их группового взаимодействия. В ходе занятий обучающиеся взаимодействуют между собой, при этом происходит естественное усвоение ими основ толерантной культуры, как эффективной формы поведения в обществе. Вырабатываются такие важные качества, с точки зрения социализации ребенка, как: коммуникабельность, коммуникативность, психологическая зоркость, наблюдательность. Повышается уровень самоконтроля эмоционального состояния учащихся в ходе взаимодействия с другими участниками тренировочного процесса. Развиваются творческие и организаторские способности, активность и самостоятельность детей в процессе взаимодействия между собой под руководством педагога.

### **Отличительная особенность данной дополнительной образовательной общеразвивающей программы**

Отличительная особенность программы в том, что городки – это демократичная уличная игра, известная многим родителям с детства. Она является прекрасным видом досуга, который включает в себя и спорт, и закаливание организма, и общение детей со взрослыми. Игра «Городки» повышает реакцию, способность к концентрации, сосредоточению, укрепляет нервную систему ребенка.

Заниматься по данной программе могут не только имеющие высокую физическую подготовку, но и дети с низким уровнем физического развития, при отсутствии медицинских противопоказаний.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что она является целостной и непрерывной в течение всего процесса обучения. Позволяет обучающемуся шаг за шагом раскрывать в себе личностные возможности, направленные на самоопределение и самореализацию обучающегося в современном мире.

### **Адресат программы**

Данная программа предназначена для детей 12 - 14 лет. В этом возрасте обучающийся ощущает свою принадлежность и причастность к определенной социальной группе. Он уже не просто подражает в поведении старшим, а анализирует и оценивает историю, традиции, существующую систему ценностей и мораль того общества, которое его воспитывает. В этот период ярко проявляются нравственные, интеллектуальные и патриотические чувства.

Именно в подростковом возрасте возникают глубокие, действенные, устойчивые интересы, развивается самостоятельность, исполнительность и дисциплинированность. Также в этом возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности: увеличивается объем внимания, памяти, происходит развитие наблюдательности. Они отличаются неустойчивостью в психоэмоциональном состоянии, неуравновешенностью характера, поэтому предметом заботы педагога является воспитание волевых качеств личности. Индивидуальный подход предполагает учет особенностей возраста, типа нервной деятельности, темперамента, характера.

**Стартовый уровень** – 1 год обучения.

### **Уровень программы**

Уровень программы – стартовый.

### **Объем и сроки освоения программы**

**Срок освоения** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Городошный спорт» - 1 год.

### **Объем программы:**

Стартовый уровень 1 год обучения – 34 часа.

### **Формы обучения**

Форма обучения по программе – очная.

### **Особенности организации образовательного процесса**

В организации образовательного процесса по данной программе используется традиционная модель реализации программы.

Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебными планами данной программы.

Группы формируются из обучающихся в пределах указанной возрастной категории (12 - 14 лет), не имеющие ограничений по здоровью.

Специального отбора в детское объединение для обучения по стартовой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Городошный спорт» не предусмотрено. Состав групп – постоянный. Занятия проводятся в групповой форме.

Виды занятий определяются содержанием программы: практические и теоретические занятия, участие в военно-спортивных мероприятиях и конкурсах.

В процессе реализации учебного процесса применяется индивидуальный и дифференцированный подход к обучению.

### ***Особенности данной программы***

- в частях ОФП и СФП имеет соотнесенность с учебной программой, определяющей образовательную область «Физическая культура», обязательной составляющей основного образования;
- ценностные ориентации на общеприкладную и спортивно-рекреационную подготовку;
- освоение на практике осознанно выбранного вида спорта в полном объеме через получение определенных знаний, умений и навыков;
- привлечение к судейству по данному виду спорта внутришкольных соревнований, получение организаторских умений и навыков;
- учебное содержание включает в себя комплексное освоение техники и тактики спортивной игры в соответствии с существующими на сегодняшний момент правилами;
- направленность оздоровительного характера, на развитие двигательных качеств, умений и навыков, укрепление организма.

### **Режим занятий**

#### **Стартовый уровень**

#### **Первый год обучения:**

Учебные занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу по 45 минут с перерывом 10 минут. Всего - 34 учебных часов в год, состав группы до 15 человек.

## **1.2. Цели и задачи программы**

**Цель программы:** воспитание потребности и интереса к занятиям физической культурой и спортом посредством спортивной игры «Городки».

### **Реализация данной цели предполагает решение следующих задач:**

#### ***ОБУЧАЮЩИЕ:***

- Обучить поэтапно основам техники и приёмам бросков битой.
- Обучить основным способам контроля над физическим состоянием.
- Обучить жизненно важным умениям и навыкам.

#### ***РАЗВИВАЮЩИЕ:***

- Формировать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- Выявить и развить способности учащихся предрасположенных к занятию «Городошного спорта».
- Формировать убеждения в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- Укреплять здоровье детей,



- Способствовать повышению работоспособности обучающихся,
- Развивать двигательные способности,
- Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

#### *ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:*

- Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- Воспитывать дисциплинированность;
- Способствовать снятию стрессов и раздражительности.
- Пропагандировать здоровый образ жизни, что может способствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;
- Популяризировать участие подрастающего поколения жителей нашего города в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.
- Воспитать интерес и потребность к регулярным занятиям физической культуры и спорта.

#### *В конце I года обучения*

##### *Учащиеся будут ЗНАТЬ:*

- историю городошного спорта;
- основные понятия городошного спорта;
- правила соревнований по городкам;
- начальные основы техники броска;
- нормативы по ОФП с блоками упражнений;

##### *Учащиеся будут УМЕТЬ:*

- выполнять упражнения на развитие ловкости, выносливости, быстроты и гибкости;
- выполнять упражнения специальной скоростно-силовой подготовки;
- выполнять задания на точное выполнение техники бросков с преодолением сбивающих факторов;
- выполнять нормативы ОФП согласно возрастной группе;
- выполнять контрольные переводные нормативы согласно возрастной группе.

### **1.3. Воспитательный потенциал программы**

В процессе проведения воспитательных мероприятий у обучающихся сформируются чувства патриотизма и бережного отношения к русской культуре, ее традициям. Обучающиеся будут проявлять уважение к спорту и здоровому образу жизни. Дети будут доброжелательными в оценке спортивных достижений не только своих, но и товарищей, критически относиться к своим ошибкам, у них будет воспитано чувство ответственности при выполнении спортивных элементов игры, они будут помогать другим детям при достижении побед на спортивной арене. У обучающихся сформируются личностные качества: целеустремленность, стремление к совершенству и спортивному росту, трудолюбие, аккуратность, усидчивость, терпение, умение довести начатое дело до конца.

## 1.4. Содержание программы Учебный план

№ п/ п	Наименование раздела, темы	Аудиторные часы			Форма аттестации/ контроля
		Всего часов	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Теоретическая подготовка.	2	1	1	Беседа. Устный опрос.
2.	История игры в городки.	6	2	4	Педагогическое наблюдение. Устный опрос. Самопроверка.
3.	Современная игра в городки.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Устный опрос. Самопроверка.
4.	Организация тренировочного процесса. Игровая подготовка.	20	4	16	Групповые, индивидуальные учебно- тренировочные занятия.
5.	Итоговое занятие. Контрольные испытания.	2	1	1	Педагогическое наблюдение. Устный опрос. Соревнование.
<b>Всего часов:</b>		<b>34</b>	<b>9</b>	<b>25</b>	

### Содержание учебного плана

#### **Раздел 1. Вводное занятие. Основы знаний.**

*Теория:* Занятие беседа, тренировка. Введение, знакомство с правилами работы объединения. Занятие-рассказ, беседа о зарождении игры «городки» в России, история развития городошного спорта в СССР; Проведение инструктажа по технике безопасности.

*Практика:* Гигиенические требования к местам занятий городошного спорта и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Оборудование площадки для игры в «городки»; Основы техники и техническая подготовка. Основные сведения о технике игры, о её значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки. Классификация и анализ техники игры.

#### **Раздел 2. История игры в городки.**

*Теория:* Познакомить с русской народной игрой городки, историей ее возникновения, развивать умение различать, называть и строить фигуры.

*Практика:* Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава;  
Упражнения для шеи и туловища;

Упражнения для всех групп мышц;  
Упражнения для развития силы;  
Упражнения для развития быстроты;  
Упражнения для развития гибкости;  
Упражнения для развития ловкости;  
Упражнения типа «эстафета»;  
Упражнения для развития общей выносливости.

### **Раздел 3. Современная игра в городки.**

*Теория:* Упрощённые правила игры, техника броска городошной биты, городошная площадка и инвентарь.

*Практика:*

Упражнения для развития игровой ловкости;  
Упражнения для развития специальной выносливости;  
Упражнения для развития скоростно-силовых качеств;  
Блок методических приёмов для начального обучения и совершенствования техники специальных бросков с полукона;  
Упражнения для совершенствования техники специальных бросков с полукона;  
Снятие первичных физических показателей, силовая подготовка, отработка бросков, тактика игры, контрольные нормативы;  
Упражнения для развития точности полета биты, стабилизации относительной скорости вращения и плоскости вращения биты.

### **Раздел 4. Организация тренировочного процесса. Игровая подготовка.**

*Теория:* Хват ручки биты Упражнения:

выполнение свободного мелкого и свободного среднего хвата в замок;  
проведение руки с битой по траектории в супинированном положении.

*Исходное положение Упражнения:*

выполнение исходного положения для начала замаха;  
выполнение поворота туловища вправо из исходного положения;  
выполнение шага левой ногой вперед из исходного положения с переносом ОЦМ на левую ногу;  
выполнение шага левой вперед из исходного положения с поворотом туловища влево на носке левой ноги.

*Практика:* Техника основного броска с полукона Упражнения:

имитация техники броска в целом, без биты, в медленном темпе, с акцентом на узловых моментах, со зрительным контролем;  
имитация техники броска в среднем темпе, без биты и без зрительного контроля;  
выполнение «проводки» по движению с битой и со зрительным контролем формы целостного броска;  
выполнение имитации техники броска с битой, в медленном темпе, без зрительного контроля и выпуска биты;  
выполнение техники броска биты в среднем темпе, с выпуском ее в «квадрат».

Принятие участия в соревнованиях по городошному спорту от внутри командных до городских. Проявить навыки и умения в коллективной и

индивидуальной борьбе в ходе соревнований. Показать результат обучения городошным спортом.

### **Раздел 5. Итоговое занятие. Контрольные испытания.**

*Теория:* В процессе тактической подготовки спортсмена решаются три основные задачи:

- приобретение тактических знаний;
- формирование тактического мышления;
- усвоение тактических навыков и умений.

Общие и специальные знания по тактике городошного спорта составляют необходимую предпосылку изучения различных тактических действий и овладения тактическими навыками. Кроме того, они являются основой творческого мышления при решении индивидуальных и коллективных тактических задач.

Важное значение имеет изучение правил игры и соревнований, особенностей судейства, анализ видеоматериалов по тактике, знакомство с условиями проведения соревнований.

*Практика:* Проведение контрольных испытаний на зачет и выбивание фигур согласно программе. Все обучающие. Сдача контрольных тестов.

## **1.5. Планируемые результаты**

### **Стартовый уровень 1 год обучения**

#### ***Личностные результаты:***

- Приобретение учащимися чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- Сформированность дисциплинированности;
- Приобретение способности к снятию стрессов и раздражительности;
- Приобретение навыка активно участвовать в пропаганде здорового образа жизни;
- Развитие координации движений и основных физических качеств;
- Сформированность убеждения в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- Укрепление здоровья учащихся;
- Развитие двигательных способностей;
- Сформированность навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время активного отдыха и досуга.

#### ***Предметные результаты:***

- Формирование первоначальных представлений о значении игры в «Городки» для укрепления здоровья человека (физического, социального, психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физического, интеллектуального, эмоционального, социального);

- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую деятельность (подвижные игры, соблюдение правил игры, оказание первой медицинской помощи и т. д.);
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических данных;
- Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- Выполнение технических действий из «городков», применение их в игровой и соревновательной деятельности.

***Метапредметные результаты:***

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- Формирование умений планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Формирование умения понимать причины успеха или неудач своей деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- Определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год обучения (стартовый)	01.09.2025 г.	30.05.2026 г.	1	34	1 раз в неделю по 45 мин.

В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой и планом работы учреждения на 2025-2026 учебный год.

## **2.2. Условия реализации программы**

### **Кадровое обеспечение программы**

Разработка и реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Городошный спорт» осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее образование и профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, в соответствии с Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», а также постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

### **Материально-техническое обеспечение программы**

Для успешной реализации данной программы необходимы следующее материально-техническое обеспечение:

- учебный кабинет с наглядными пособиями;
- школьная доска, столы, стулья, ноутбук;
- шкаф для хранения спортивного инвентаря;
- методическая литература;
- городошная площадка (на улице и в спортивном зале). Биты. Городки;
- аптечка для оказания первой помощи.

### **Методическое обеспечение программы**

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

Форма организации проведения образовательного процесса - очная.

### **Методы обучения**

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие **методы обучения**:

- уточнение, вопросы к детям.
- показ (демонстрация техники броска).
- изучение техники безопасности в игре «Городки» (заучивание правил поведения во время игры, правил обращения с битой).
- разучивание (хват ручки биты, исходное положение при броске; замах (заведение биты назад в группировке); хлест в фазе выброса; разгон и выброс биты; техника «связки» двух фаз: замаха и разгона, техника основного броска с полукона и др).
- моделирование проблемных ситуаций в игре (ситуации преодоления страха, волнений, неприятных ощущений).
- закрепление (отработка двигательных навыков бросков биты)
- оттачивание навыков владения основными техниками броска (метание биты с расстояния 4-х метров).
- совершенствование бросков с полукона и кона.
- оценка игровой деятельности, подчеркивая эффективность и высокий потенциал каждого ребенка.
- игровой.

### **Методы воспитания:**

- личный пример;
- мотивация;
- стимулирование, похвала;
- поощрения;
- замечания;
- убеждение.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая.

### **Формы организации учебных занятий**

Формы организации учебных занятий: беседа, опрос, практическое занятие, самостоятельная работа, открытое занятие, игра, конкурс, сдача нормативов.

### **Педагогические технологии**

Взаимодействие педагога и обучающихся на занятиях ориентировано на сотрудничество. Для этого педагог для реализации программы применяет следующие технологии:

- личностно-ориентированные технологии;
- технология развивающего обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- технология группового обучения;
- технология проблемного обучения;
- здоровьесберегающая технология;
- технология игровой деятельности;
- технология развития ассоциативно-образного мышления;
- коммуникативная технология обучения;
- информационно-коммуникативная технология.

### **Алгоритм учебного занятия**

Занятие, как правило, состоит из трёх частей:

#### **I. Организационный момент**

Приветствие обучающихся, создание благоприятного психологического климата, настраивание обучающихся на совместную работу.

#### **II. Основная часть**

1. Инструктаж по технике безопасности.
2. Изложение нового материала (повторение пройденного материала.)
3. Практическое применение полученных знаний и умений (выполнение практической работы).
4. Физкультминутка;
5. Практическое применение полученных знаний и умений (выполнение практической работы).

#### **III. Заключение**

Рефлексия, подведение итогов занятия, анализ работ.

### **Методические и дидактические материалы**

*Методический и дидактический материал*

В процессе обучения используются методический и дидактический материал:

- наглядные пособия;
- методическая и специальная литература;
- иллюстративный материал (фотоматериалы, видеоматериалы, плакаты с изображением городошных фигур, плакаты с историей городошного спорта, плакаты с демонстрацией техники броска).

### ***Наглядный материал***

Используется наглядный материал следующих видов:

- схематический: схемы, рисунки, шаблоны;
- картинный и картинно-динамический: иллюстрации, фотоматериалы;
- дидактические пособия: задания для устного опроса, практические задания;
- библиотечный фонд и др.;
- интернет-ресурсы.

### **Основные принципы построения учебного занятия**

#### ***Принцип постепенности.***

Принцип постепенности базируется на соблюдении основных педагогических правил: «от простого к сложному», «от легкого к трудному», «от известного к неизвестному».

Правило «от простого к сложному» предполагает постепенное нарастание координационной сложности упражнений.

Правило «от легкого к трудному» в наибольшей мере определяет постепенность повышения физической нагрузки при обучении.

Правило «от известного к неизвестному» осуществляется на основе переноса двигательных умений, приобретенных ранее, на процесс освоения нового упражнения.

Игнорирование этого принципа, стремление к возможно быстрому росту физической подготовленности (форсированная тренировка), не способствует достижению подлинного мастерства и может быть вредным для здоровья и прогресса обучающегося.

#### ***Принцип цикличности (повторности).***

На основе этого принципа обеспечивается устойчивость изменений в органах человека под влиянием тренировки, формирование и закрепление необходимых навыков и знаний. Принцип цикличности базируется на важнейшем физиологическом положении о повторных воздействиях для образования рефлекторных связей, для возникновения соответствующих изменений и совершенствования органов, систем и их функций под влиянием тренировки. Количество повторения упражнений и интервалы отдыха между ними, в значительной мере зависят от подготовленности занимающихся, их возраста и вида упражнений. Возникновение утомления обычно служит сигналом к прекращению упражнений, направленных на развитие скорости, силы и координации движений. В этом случае необходим короткий интервал отдыха, после чего упражнение можно повторить. Выполнение упражнений, направленных на развитие выносливости необходимо продолжать и при наступлении утомления. Осуществление принципа цикличности требует занятий



на протяжении недели, месяца, года, ряда лет. Главное при этом - приступать к тренировочному занятию достаточно восстановив силы после предыдущей тренировочной нагрузки.

***Принцип систематичности.***

Требует, чтобы занятия физическими упражнениями не сводились к проведению эпизодических, разрозненных мероприятий, а осуществлялись непрерывно, последовательно. Прежде всего, это обеспечение последовательного перехода от развития одних физических способностей к другим, строгого согласования и распределения нового учебного материала с предыдущим. Наряду с этим данный принцип предусматривает оптимальную вариативность используемых средств, методов, нагрузок, форм организации занятий, условий их проведения, что является объективной предпосылкой всестороннего и гармоничного развития личности.

***Принцип доступности и индивидуализации.***

Осуществление этого принципа предполагает проведение занятия с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. Упражнения, их форма, интенсивность, продолжительность, а также методы выполнения должны избираться в соответствии с возрастом занимающихся, их физической подготовленностью и уровнем здоровья.

***Принцип сознательности и активности.***

Предусматривает определение путей творческого сотрудничества педагога и обучающегося при достижении целей в учебно-воспитательном процессе. Его сущность заключается в формировании у обучающихся устойчивой потребности в освоении ценностей физической культуры, в стимулировании их стремления к самопознанию и самосовершенствованию.

## **Основные методы, используемые в учебно-воспитательном процессе**

***Методы, направленные на приобретение знаний:***

рассказ, объяснение, наблюдение, беседа;  
натуральный показ, демонстрация.

***Методы, направленные на овладение двигательными умениями и навыками:***

целостное упражнение;  
расчлененное упражнение.

***Методы, направленные на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств:*** игровой, соревновательный, равномерный, переменный, повторный, круговой.

## **2.3. Формы аттестации**

**Форма аттестации обучающихся:** устный опрос, итоговая сдача нормативов, проводимых в конце учебного года.

**Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов**  
Формы отслеживания образовательных результатов: фото фиксация, грамота, диплом, статья, информационное сообщение.

**Форма предъявления и демонстрации образовательных результатов**  
Форма предъявления и демонстрации образовательных результатов: соревнования, открытое занятие.

**Формы контроля**

Проверка выполнения программы обучающимися осуществляется в форме входного, текущего, промежуточного и итогового контроля (педагогическое наблюдение, опрос, самостоятельная работа, участие в соревнованиях, итоговая сдача нормативов, тестирование).

**Формы проведения контроля**

**входной** – выявляет подготовленность группы детей к физической подготовленности;

**текущий контроль** – систематическая проверка развития физической подготовленности;

**промежуточный** – выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения;

**итоговый контроль** – выполнения разученных элементов на чистоту выполнения.

**Формы проведения промежуточной аттестации**

По итогам работы проводится контроль знаний, осуществляемый в форме практических заданий и бесед в ходе игры.

Результативность обучения определяется по результатам городошных турниров.

**2.4. Список литературы**

**Список литературы для педагога:**

1. Духанин В.М. «Городошный спорт. Основные понятия. Техника и тактика игры» Краснодарский край Россия 2004 год
2. Никитин Н.Л. «Городки» Мурманск 1990 год
3. Семёнов С.С. «Городки: от новичка до мастера» М. ФиС, 1982год.
4. Егорова А.В., Круглов Д.Г., Левочкина О.Е. и др. «Нормативно-правовое и программное обеспечение деятельности спортивных школ в Российской Федерации», методические рекомендации, М.: Советский спорт, 2007 г.
5. Курамшин Ю.Ф. «Теория и методика физической культуры: Учебник. М.: Советский спорт, 2004 г.
6. Якимов А.М. «Основы тренерского мастерства», учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры, М.: Терра-Спорт, 2003 г.

7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры: Методическое пособие. – М.: Издательство НЦЭНАС, 2005.
8. Техника игры в городки. [avangardsport.at.ua»blog...v\\_gorodki/2012-06-06-82](http://avangardsport.at.ua/blog...v_gorodki/2012-06-06-82)  
Городки.
9. Правила соревнований. Правила игры в городки. [gorodki.info»rules.htm](http://gorodki.info»rules.htm)
10. Методика обучения технике броска в игре городки для начинающих. [gorodki195sk.ucoz.ru»publ/metodika...v\\_igre\\_gorodki...](http://gorodki195sk.ucoz.ru»publ/metodika...v_igre_gorodki...)

### **Для обучающихся и родителей:**

1. Никитин Н.Д. Городки. Рожденная народом – современная спортивная игра (Теория, методика, практика) – Мурманск, 1990г.
2. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса – Москва, «ФиС», 1985 год.
3. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки – Москва, «ФиС», 1977г.
4. Духанин В.Д. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ всех видов 2000г.
5. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. 2008.
6. Городошный спорт: Правила соревнований. 2005. 56 с
7. Газета «Городошный спорт» Федерация Городошного спорта Санкт-Петербург
8. Ежегодник «Городошный спорт» Федерация Городошного спорта Санкт-Петербург 2010, 2011 год.

### **Интернет-ресурсы**

1. <https://www.gorodki-russia.ru/>
2. <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71629906/>
3. <https://sambo-70.ru/gorodoshnyj-sport/>
4. <https://sportschools.ru/page.php?name=gosport>

## **3. Приложения**

### **3.1. Оценочные материалы**

#### **Стартовый уровень (1-й год обучения)**

Учащиеся осваивают программу и сдают контрольные нормативы по общей физической подготовке и спортивной, технической подготовке игры в городки.

На всех годах обучения осуществляется постоянный контроль за уровнем физической, спортивно-технической, тактической и теоретической подготовленности занимающегося в управлении подготовкой занимающегося

эффективной является система контрольных нормативов, которых должен достигнуть занимающийся на соответствующем году обучения. Установление количественных показателей позволяет определить уровень разносторонней специальной подготовленности занимающихся в той мере, которая необходима для конкретного этапа подготовки.

***Контрольные нормативы по общей физической подготовке.***

№ п/п	Упражнения	Оценка	12 лет	13 лет	14 лет
1	Бег 30 м (сек.)	5	4,9	4,8	5,6
		4	5,1	5,0	5,8
		3	5,3	5,2	6,0
		2	5,5	5,4	6,2
2	Челночный бег 3x10 м (сек.)	5	7,6	7,6	7,9
		4	8,0	7,9	8,6
		3	9,0	8,9	10,1
		2	9,7	9,4	10,0
3	Непрерывный бег 5 мин. (м)	5	1380	1450	1220
		4	1280	1340	1120
		3	1180	1240	1030
		2	1090	1130	900
4	Прыжок в длину с места (см)	5	210	220	170
		4	200	210	155
		3	180	200	140
		2	160	170	125
5	Подтягивание (кол-во раз)	5	11	13	14
		4	9	11	12
		3	6	8	9
		2	4	4	7

Беговые упражнения выполняются с высокого старта, непрерывный бег в течение 5-ти минут сдаётся на беговой дорожке стадиона.

Подтягивание выполняется из виса хватом сверху.

## КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

№	Упражнение	Оценка	Кол-во попыток	12 лет	13 лет	14 лет
1.	Выбивание трех городков (ширина -80см).	5 4 3 2	10	20 17 14 12	22 19 16 14	25 22 18 14
2.	2. Выбивание трех последовательно установленных городков (интервал-1 м)	5 4 3 2	10	21 18 14 12	24 21 17 13	27 24 20 16
3.	3. Выбивание правого и левого «бортов» фигуры «Письмо»	5 4 3 2	2 x 5	15 13 10 8	17 14 11 9	18 15 12 10
4.	4. Выбивание штрафного городка	5 4 3 2	10	6 5 3 2	7 6 4 2	8 6 5 3
5.	5. Выбивание «связки» от фигуры «Часовые»	5 4 3 2	10	11 9 7 6	12 10 8 7	13 11 9 7
<b>Без штрафной зоны</b>				<b>С полукона 6,5 метров</b>		<b>1,2,3 – с кона, 4,5 – с полукона</b>

В осенний - весенний периоды участия в соревнованиях по календарю городского спорта г. Евпатории.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ТЕХНИКЕ

Процесс становления двигательных навыков у детей так же, как и у взрослых, протекает по фазам (стадиям), в соответствии с которыми, можно выделить ряд относительно завершенных этапов обучения отдельному двигательному действию. Условно различают три этапа в построении процесса обучения движения движениям:

- 1) начальное разучивание;
- 2) углубленное, детализированное разучивание;
- 3) закрепление и дальнейшее совершенствование двигательного действия.

Начальное разучивание техники движений обеспечивается широким комплексом методов и приемов:

- собственно, наглядной демонстрации техники упражнений;
- ориентирования;
- «прочувствования» движений;
- «фиксации положений»;
- «срочной информации» и др.

На втором этапе широко применяются *методы целостного упражнения* с избирательной отработкой техники движений.

На третьем этапе обучения необходимо, чтобы приобретаемые юными спортсменами двигательные навыки не превращались в динамические стереотипы, поскольку техника движений с возрастом, ростом спортивной квалификации будет существенно изменяться. На этом этапе обучения особенно важно добиться рационального сочетания методов стандартного (*равномерного, повторного* и т.п.) и вариативного (*переменного, игрового* и др.).

## **1. ХВАТ РУЧКИ БИТЫ**

*Упражнения:*

- выполнение свободного мелкого и свободного среднего хвата в замок;
- выполнение выпада с правой ноги на левую, с отведенной в сторону рукой;
- выполнение выпада левой ногой вперед с переносом на нее ОЦМ, рука, имитирующая хват, отведена в сторону и супинирована во всех суставах;
- выполнение выпада левой вперед с переносом на нее ОЦМ и поворотом выпрямленного туловища влево, рука, имитирующая хват, супинирована и отведена в сторону.

*Средства и методы:*

Объяснение и показ. Выполнение упражнений, подводящих к пониманию динамической структуры броска, роли хвата и положения ладони (вверх, вниз). Повторный показ и применение метода текущей информации в момент выполнения упражнения занимающимися.

## **2. ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ**

*Упражнения:*

- выполнение исходного положения для начала замаха;
- выполнение поворота туловища вправо из исходного положения;
- выполнение выпада левой вперед из исходного положения с переносом ОЦМ на левую ногу;
- выполнение выпада левой вперед из исходного положения с поворотом туловища влево на носке левой ноги.

*Средства и методы:*

Объяснение и показ исходного положения. Выполнение имитационных упражнений. Повторный показ и применение метода текущей информации в момент выполнения упражнений.

### **3. ЗАМАХ (ЗАВЕДЕНИЕ БИТЫ НАЗАД В ГРУППИРОВКЕ)**

*Упражнения:*

- выполнение имитации замаха без биты со зрительным контролем;
- выполнение замаха с битой со зрительным контролем;
- выполнение замаха со зрительным контролем со стороны партнера;
- выполнение замаха с битой с акцентом на группировке;
- выполнение имитации замаха без биты, с последующим поиском опоры для выпада левой ногой;
- выполнение замаха с битой, с последующим поиском опоры для выпада левой ногой;
- выполнение имитации замаха без биты, поиск опоры левой ногой, толчком правой выпад на левую ногу.

*Средства и методы:*

Объяснение и показ в целом. Показ механизма замаха с фиксацией в конце этой фазы броска – группировке. Выполнение имитационных упражнений без биты и с битой. Многократный показ и применение метода срочной информации в момент выполнения занимающимися техники замаха.

### **4. «ХЛЕСТ» В ФАЗЕ ВЫБРОСА**

*Упражнения:*

- И.П. - стойка, ноги в положении выпада, левая впереди, руки максимально расслаблены. Медленный поворот верхнего плечевого пояса вправо и резкий, с рывком локтя левой руки влево назад, поворот влево;
- выполнение «броска правой руки от плеча» (резкое движение правого плечевого сустава вперед с быстрым торможением и обгоном его расслабленной рукой);
- выполнение «броска правой руки с битой от плеча» (движение плечевого сустава с резким торможением и хлестообразным движением руки с последующим выпуском биты).

*Средства и методы:*

Демонстрация и объяснение техники выброса с акцентом на элементе «хлеста». Демонстрация броска в целом с акцентом на фазе выброса. Выполнение обучающимися специальных упражнений с речевой информацией тренера о правильности движений и голосовым лидерством элементов броска.

### **5. РАЗГОН И ВЫБРОС БИТЫ**

*Упражнения:*

1. И.П. - группировка в замахе. Выполнение выпада вперед левой, толчком правой перенос на левую ОЦМ с одновременным быстрым выпрямлением в тазобедренном и коленном суставах,
2. И.П. - группировка в замахе. Выполнение выпада левой, толчком правой поворот бедра и таза с переносом на левую ОЦМ, с одновременным выпрямлением в суставах и вращением на носке левой ноги. Левая рука

резким движением локтя влево назад помогает закрутке, правая нога тормозит вращение.

3. Движение, аналогичное упражнению № 1, но выполняется с уступающим сопротивлением партнера, который держит за руку, имитируя момент инерции биты.
4. Движение, аналогичное упражнению № 2, но выполняется по методу упражнения № 3 (с помощью партнера).
5. Движение, аналогичное упражнению № 2, но выполняется с битой, в медленном темпе, со зрительным контролем, без выпуска биты.
6. Движение, аналогичное упражнению № 5, но выполняется в среднем темпе.
7. Движение, аналогичное упражнению № 6, но без зрительного контроля.
8. Движение, аналогичное упражнению № 7, но с выпуском бит в направлении «квадрата».
9. И.П. - группировка в замахе. Разгон и выброс биты в направлении «квадрата» осуществляется в полную силу, без зрительного контроля.

*Средства и методы:*

Многочисленный показ и объяснение техники всего броска с подробным разбором фазы разгона и выброса. Изучение кинограммы, рисунков и видеозаписей. Демонстрация техники броска с объяснением скоростносиловой структуры движений в фазе разгона и выброса. Выполнение легкой битой техники разгона и выброса с синхронной речевой информацией о правильности движений. «Проводка» занимающихся по движению.

## **6. ТЕХНИКА «СВЯЗКИ» ДВУХ ФАЗ: ЗАМАХА И РАЗГОНА**

*Упражнения:*

1. Выполнение имитации замаха с переходом в пассивную фазу разгона, без биты, в медленном темпе, со зрительным контролем.
2. Выполнение движения, аналогичного упражнению № 1, но с битой.
3. Выполнение движения, аналогичного упражнению № 1, но в среднем темпе, без зрительного контроля.
4. Выполнение движения, аналогичного упражнению № 2, но в среднем темпе, без зрительного контроля.
5. Выполнением движения, аналогичного упражнению № 1, но в быстром темпе, без зрительного контроля.
6. Выполнение движения, аналогичного упражнению № 2, но в быстром темпе, без зрительного контроля.

*Средства и методы:*

Объяснение и демонстрация техники «связки», вычленив элемент и в целом движении. Объяснение механизма амортизации в локтевом суставе при срыве биты с «мертвой точки» в начальной стадии разгона. Многочисленный показ и применение занимающимися имитационных упражнений без биты и с битой.



## 7. ТЕХНИКА ОСНОВНОГО БРОСКА С ПОЛУКОНА

*Упражнения:*

- имитация техники броска в целом, без биты, в медленном темпе, с акцентом на узловых моментах, со зрительным контролем;
- имитация техники броска в среднем темпе, без биты и без зрительного контроля;
- выполнение «проводки» по движению с битой и со зрительным контролем формы целостного броска;
- выполнение имитации техники броска с битой, в медленном темпе, без зрительного контроля и выпуска биты;
- выполнение техники броска биты в среднем темпе, с выпуском ее в «квадрат». Стойка в метре от передней планки полукона;
- выполнение техники броска биты с выпуском ее в «квадрат» и контролем над плоскостью вращения ее в полете. Стойка – 2,5 метра от передней планки полукона;
- выполнение техники броска с выпуском биты в «квадрат» в самом быстром темпе, какой не сказывается отрицательно на технике движения. Контроль результата: плоскость вращения биты и величина угла перекоса в момент приземления;
- выполнение броска с 1 м от планки полукона в заднюю линию «города»;
- выполнение броска с 2 м от планки полукона в линию «марки»;
- выполнение броска с 3 м от планки полукона в лицевую линию разметки «города»;

*Средства и методы:*

Демонстрация и объяснение техники всего броска с остановкой внимания на трудных элементах. Многократный показ и применение метода информации в момент выполнения упражнения. Применение имитационных упражнений, выполняемых в облегченном варианте.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА

Выделяет 3 этапа совершенствования технического мастерства:

- 1) поисковый;
- 2) стабилизации;
- 3) адаптивного (приспособительного) совершенствования.

Техническая подготовка на *первом этапе* направлена на формирование новой техники соревновательных действий (или ее обновленного варианта), улучшение предпосылок ее практического освоения, разучивание (или

переучивание) отдельных движений, входящих в состав соревновательных действий. На *втором этапе* техническая подготовка направлена на углубленное освоение и закрепление целостных навыков соревновательных действий. На *третьем этапе* техническая подготовка направлена на совершенствование сформированных навыков, увеличение диапазона их целесообразной вариативности (изменчивости), стабильности (устойчивости), надежности, применительно к условиям основных соревнований.

Главными задачами каждого этапа технической подготовки при совершенствовании технического мастерства являются:

1. Достижение высокой стабильности и рациональной вариативности двигательных навыков, составляющих основу техники городошного спорта, повышение их эффективности в соревновательных условиях;
2. Частичная перестройка двигательных навыков, совершенствование кинематики или динамики отдельных деталей навыка с точки зрения достижений современной науки и требований спортивной практики.

Для решения первой задачи, как правило, применяются: метод усложнения внешней обстановки, метод упражнения при различных состояниях организма. Для решения второй задачи – метод облегчения условий выполнения технических действий, метод сопряженных воздействий.

*Метод усложнения внешней обстановки* при выполнении технических приемов реализуется в ряде методических приемов:

1. Методический прием трудных исходных положений и подготовительных действий позволяет избирательно воздействовать на отдельные элементы и группы элементов техники и исправлять ошибки путем создания условий, в которых повторение этих ошибок невозможно или затруднено.
2. Методический прием ограничения пространства для выполнения действий позволяет усложнять условия ориентировки при совершенствовании навыка.
3. Методический прием выполнения действий в необычных условиях предполагает изменения условий тренировки:
  - естественных условий: холод, жара, сырость, темнота, ветер;
  - инвентаря: утяжеленная или облегченная бита, бита более длинная или более короткая, бита с измененным центром тяжести;
  - оборудования: более строгое покрытие игровой зоны, сырая поверхность кона или полукона, укороченный «пригород».

Этот методический прием содействует совершенствованию одной или нескольких характеристик техники (пространственных, временных, динамических и т.д.)

*Метод упражнения при состояниях организма спортсмена, затрудняющих выполнение технических действий*, также реализуется в многообразных приемах;

1. Методический прием выполнения действий в состоянии значительного утомления. В этом случае спортсмену предлагают упражнения на технику после физической нагрузки большого объема и интенсивности. Этот прием оказывает на центральную нервную систему человека большую нагрузку и требует от него высокой концентрации волевых усилий.
2. Методический прием выполнения действия в состоянии значительного эмоционального напряжения осуществляется введением контрольных, соревновательных и игровых моментов в выполнение упражнений на технику.
3. Методический прием периодического выключения или ограничения зрения позволяет избирательно воздействовать на рецепторноанализаторные компоненты двигательного навыка. В результате, у спортсмена повышается способность к тонкому восприятию и тщательной оценке собственных движений по кинестетическим ощущениям.
4. Методический прием формирования рабочей обстановки настраивает спортсмена на обязательное выполнение усовершенствованного технического приема в соревновательной обстановке, стимулирует его активность в процессе совершенствования навыка.

*Метод облегчения условий выполнения технических действий* состоит из целого ряда методических приемов:

1. Методический прием вычленения элемента действия, например, акцентированное вращательное движение бедер.
2. Методический прием снижения мышечных напряжений позволяет спортсмену более тонко корректировать отдельные движения в двигательном навыке, контролировать координацию движений (по механизму обратной связи), что ускоряет процесс совершенствования. Примером может служить использование облегченной биты.
3. Методический прием дополнительных ориентиров и срочной информации содействует наиболее быстрому овладению необходимой амплитудой, темпом и ритмом движений, активизирует процесс осознания выполняемого действия, например, дополнительная разметка для шага или попадания биты.

*Метод сопряженных воздействий* реализуется в спортивной тренировке в основном при помощи двух приемов:

1. Методический прием специализированных динамических упражнений основан на взаимном развитии физических качеств и совершенствовании

двигательных навыков. Это достигается путем подбора специальных упражнений. Например, броски утяжеленной биты.

2. Методический прием специализированных изометрических упражнений предполагает использование изометрических упражнений в определенных суставных углах, характерных для технического приема.

## **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ТОЧНОСТИ ПОЛЕТА БИТЫ, СТАБИЛИЗАЦИИ ОТНОСИТЕЛЬНОЙ СКОРОСТИ ВРАЩЕНИЯ И ПЛОСКОСТИ ВРАЩЕНИЯ БИТЫ**

*Упражнения:*

1. Выполнение бросков с приземлением биты в районе центра задней линии. Стойка – 1,2 м от передней планки.
2. Выполнение бросков с приземлением биты в районе «марки». Стойка – 2м.
3. Выполнение бросков с приземлением биты в «пригороде», рядом с лицевой линией по ее центру.
4. Выполнение бросков в заднюю линию с целью нахождения места для выполнения броска, обеспечивающего разворот биты.
5. Выполнение бросков в линию «марки» с целью нахождения места для выполнения броска, обеспечивающего разворот биты.
6. Выполнение бросков в лицевую линию с перемещением по полукону для нахождения места разворота биты.
7. Выполнение бросков с полукона в заднюю линию с места разворота биты, с целью «мягкого» приземления биты и скольжения по листу покрытия. Рекомендуется недоброс до линии 20-40 см.
8. Выполнение бросков с полукона с недобросом до линии «марки» 20-40 см и «мягким» приземлением биты.
9. Выполнение бросков с места разворота биты в лицевую линию с «мягким» приземлением биты и последующим скольжением её по листу покрытия.
10. Выбивание одиночного городка, стоящего по центру задней линии.
11. Выбивание одиночного городка, стоящего на линии «марки»
12. Выбивание одиночного городка, стоящего по центру лицевой линии.
13. Выполнение броска с попаданием биты между двумя стоящими на задней линии, в 1,5 м друг от друга, городками, при условии разворота биты.
14. Выполнение упражнения № 13, городки ставятся на уровне «марки».
15. Выполнение упражнения № 13, городки ставятся на лицевой линии.
16. Выбивание трех городков на задней линии, лежащих торцами друг к другу на расстоянии 10см.

17. Выполнение упражнения № 16, городки ставятся на уровне «марки».
18. Выполнение упражнения № 16, городки ставятся на лицевой линии.
19. Выбивание двух городков, стоящих друг за другом на расстоянии 0,5 м, 1 м, 1,5 м, 2 м.
20. Выбивание двух городков, лежащих на лицевой линии, торцами друг к другу, на расстоянии 0,2 м, 0,4 м, 0,6 м, 0,8 м.
21. Выбивание двух городков: первый – на центре лицевой линии, второй – на 0,4 м вглубь «города» и на 0,6 м левее первого.

*Средства и методы:*

Показ точного броска. Объяснение механизма движения, способствующего точному и стабильному попаданию биты в цель. Индивидуальный анализ точности броска у занимающихся. Контрольные нормативы на точность выполнения бросков занимающимися.

## **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ВЫСОКОЙ СТАБИЛЬНОСТИ И РАЦИОНАЛЬНОЙ ВАРИАТИВНОСТИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ, СОСТАВЛЯЮЩИХ ОСНОВУ ТЕХНИКИ ГОРОДОШНОГО СПОРТА, ПОВЫШЕНИЯ ИХ ЭФФЕКТИВНОСТИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ.**

*Упражнения:*

1. Выполнение броска из положения замаха с заранее выполненным шагом и постановкой концевого стакана на пол.
2. Выполнение упражнения № 1, но без постановки концевого стакана на пол.
3. Выполнение броска за счет активной работы ног и таза, с сохранением статического положения звеньев верхнего плечевого пояса.
4. Выполнение броска за счет активной работы звеньев плечевого пояса, с пассивным участием ног и таза.
5. Выполнение броска с ограничением глубины замаха.
6. Выполнение броска с ограничением длины шага.
7. Выполнение броска с ограничением подачи плечевого пояса вперед.
8. Выполнение броска с ограничением высоты движения кисти в момент разгона и выброса биты.
9. Выполнение броска с ограничением высоты полета биты.
10. Выполнение броска утяжеленной (облегченной) битой.
11. Выполнение броска более длинной (более короткой) битой.
12. Выполнение броска в «пригород» длиной 0,8 м, 0,6 м, 0,4 м.
13. Выполнение броска с ненадежных покрытий кона и полукона (земля, песок, мокрая резина).

14. Выполнение броска по жесткому игровому покрытию с «мягким» приземлением биты.
15. Выполнение броска сразу после силовых упражнений.
16. Выполнение бросков биты после упражнений на выносливость.
17. Выполнение бросков биты сразу после скоростно-силовых упражнений.
18. Выполнение бросков биты в присутствии большого количества зрителей.
19. Выполнение контрольных нормативов по выбиванию определенного количества фигур, городков, комбинаций городков.
20. Соревнования на лучший результат, на выигрыш, на лучшую технику броска и т. д.

### **БЛОК УПРАЖНЕНИЙ И МЕТОДИЧЕСКИХ ПРИЕМОВ ДЛЯ НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ БРОСКА БИТЫ С КОНА И ЕЁ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.**

#### *Упражнения:*

1. Выполнение имитационных упражнений, в которых акцентируется работа ног с целью энергичного, но плавного поднятия ОЦМ системы «спортсмен-бита».
2. Выполнение бросков на дальность.
3. Выполнение бросков на точность попадания в зону площадки, с постепенным сужением её границ (попадание в зону «города», в зону ближней половины «города», в зону лицевой линии, в «пригород» с ограничением коридора попадания).
4. Выполнение бросков на «мягкость» приземления, точность центровки, разворот биты.
5. Выполнение бросков с целью выбивания одного, двух, трех городков, лежащих на лицевой линии.
6. Выполнение бросков с целью совершенствования плотности попадания, точности центровки и «мягкости» приземления биты (броски в лицевую линию, по трем городкам, лежащим на лицевой линии, с различной величиной интервала, броски по лежащим фигурам, по фигуре «Письмо»).
7. Выполнение бросков с целью совершенствования точности попадания по нужным точкам фигуры (броски по стоячим городкам с целью попадания в заданные точки: по основанию, по середине, по верхнему концу городка; броски по фигурам № 9, 11, 13 с целью выбивания их одной битой).

8. Выполнение упражнений зачетного характера (10 бросков по фигуре № 6 – 5 раз выбить одной битой; 6 бросков по фигуре № 11 – выбить 20 городков из 30-ти и т. д.).
9. Соревнования личного характера (партия на 6, 10, 15 фигур).
10. Соревнования командного характера (партия на 6, 10, 15 фигур).

*Средства и методы:*

Объяснение и показ особенностей техники броска с кона. Выполнение занимающимися имитационных упражнений. Повторный показ и применение метода текущей информации в момент выполнения упражнений занимающимися. «Проводка» по движению и применение метода практической помощи в выполнении броска (бросок выполняется тренером руками занимающегося). Объяснение механизма движений, способствующих точному попаданию. Индивидуальный анализ точности попадания биты и «мягкости» её приземления. Контрольные нормативы на точность попадания. Участие в простейших соревнованиях личного и командного характера.

### **УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИКИ СПЕЦИАЛЬНЫХ БРОСКОВ С ПОЛУКОНА.**

1. Выполнение специальных бросков с увеличенным углом нормального перекоса с подходом 0,5 м от ОС и выбивание комбинаций городков:
  - один городок – по центру лицевой линии, другой – на линии «марки»;
  - один городок – по центру лицевой линии, другой – в полуметре от левой боковой линии на уровне её середины;
  - один городок – по центру лицевой линии, другой – в 0,25 м от левой боковой линии на уровне её середины;
  - один городок – по центру лицевой линии, другой – на середине левой боковой линии.
2. Выполнение специальных бросков с увеличенным углом нормального перекоса с подходом 0,8 м от ОС с целью выбивания комбинации из двух городков. Расположение городков в комбинации: один городок – по центру лицевой линии, другой – на левой боковой линии, в 0,5 м от задней линии.
3. Выполнение специальных бросков с увеличенным углом нормального перекоса с подходом 0,6 – 0,8 м от ОС с целью выбивания передним городком заднего «дуpletом». Расположение городков в комбинации: передний городок находится по центру лицевой линии, задний – в районе правого дальнего угла «города».
4. Выполнение специальных бросков с увеличенным углом нормального перекоса с подходом 0,6 – 0,9 м от ОС с целью выбивания трех городков:

двух – битой, третьего – городком, направленным ударом биты (п. 17.). Расположение городков в комбинации: первый – по центру лицевой линии, второй и третий – по дальним углам «города».

5. Выполнение специальных бросков с увеличенным углом нормального перекоса с подходом 0,5 – 0,7 м от ОС с целью выбивания комбинации городков, оставшихся от фигуры «Часовые» после удара с недоводом биты. Расположение городков в комбинации: городок, лежащий на игровом покрытии, находится на лицевой линии в 0,5 м правее стоячего городка «связки».
6. Выполнение специальных бросков с увеличенным углом нормального перекоса с подходом 1 – 1,2 м от ОС с целью выбивания комбинации городков, оставшихся от фигуры «Часовые» после удара с недоводом биты. Расположение городков в комбинации: городок, лежащий на игровом покрытии, находится на лицевой линии в 0,3 м правее стоячего городка «связки».
7. Выполнение специальных бросков с обратным перекосом с целью выбивания городка, расположенного по центру лицевой линии.
8. Выполнение специальных бросков с обратным перекосом с отходом 0,3 – 0,5 м с целью выбивания городка, расположенного по центру задней линии.
9. Выполнение специальных бросков с обратным перекосом с отходом 0,3 – 0,5 м с целью выбивания трех городков, расположенных по центру задней линии «города» с интервалом 0,1 м.

#### *Средства и методы:*

Показ точных бросков. Объяснение в мельчайших деталях элементов техники бросков и механизма точности попадания. Индивидуальный анализ техники бросков занимающихся. Показ точных бросков по комбинациям городков с полукона и тренировка в их выбивании с использованием следограммы. Контрольные нормативы на точность выбивания комбинаций. Работа над ошибками и недочетами в технике.

Приложение 1.

## **ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ В УСЛОВИЯХ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**

Учебно-тренировочные занятия, физкультурные и спортивные мероприятия разрешается проводить:

при условии наличия соответствующей квалификации тренерско-преподавательского состава, медицинского и иного персонала;

при наличии медицинского допуска у обучающихся к физкультурно-спортивным занятиям;

при соответствии спортивной экипировки санитарно-гигиеническим нормам, правилам соревнований и методике учебно-тренировочного процесса;



при соответствии мест проведения учебно-тренировочного процесса, соревнований, физкультурных и спортивных мероприятий санитарным нормам и условиям безопасности;

при условии готовности места проведения, инвентаря и оборудования к конкретному мероприятию;

при ознакомлении каждого обучающегося с правилами техники безопасности

Приложение 2.

## ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ В ГОРОДОШНОМ СПОРТЕ

*Городок* - это цилиндр или правильная восьмигранная призма, изготовленные из древесины, которые используются для построения фигур.

*Фигура* - это построение из пяти городков, расположенное в "городе".

*Бита* - это составной стержень с круглым сечением, которым выполняются броски по фигурам и городкам.

*Ручка* - это деталь, расположенная на конце биты, которая используется для хвата бросающей рукой.

*Втулка* - это металлическая деталь, которая используется для изготовления биты и располагается между ручкой и концевым стаканом.

*Концевой стакан* - это металлическая деталь, расположенная на противоположном от ручки конце биты.

*Вставка* - это деталь из древесины или полимерных материалов цилиндрической формы. Вставки соединяют металлические части биты (втулки и концевой стакан).

*Игровое покрытие* - это поверхность площадки, покрытая листами металла или поликарбоната, на которой размечается "город" и "пригород".

*"Город"* - это площадь в форме квадрата, в пределах которой устанавливаются фигуры.

*Лицевая линия "города"* - линия, входящая в площадь "города", которая отделяет его от "пригорода".

*Боковые линии "города"* - линии, расположенные перпендикулярно лицевой и задней линии.

*Задняя линия "города"* - линия, соединяющая две боковые линии "города".

*Центральная линия "города"* - это линия, идущая от середины лицевой линии, перпендикулярно ей до пересечения диагоналей "города"

*Линии "марки"* - это линии длиной 20 см, расположенные на середине диагоналей "города".

*"Пригород"* - это площадь в форме трапеции, находящаяся между лицевой линией "города" и штрафной линией, ограниченная боковыми линиями.

*Боковые линии "пригорода"* - это линии, соединяющие лицевую линию "города" и штрафную линию. Они являются продолжениями диагоналей "города".

*Штрафная линия* - это линия, не входящая в пределы "пригорода", расположенная параллельно лицевой линии, на расстоянии 1 м от неё и соединяющая две боковые линии "пригорода" между собой.

*Штрафная зона* - это штрафная линия и площадь, находящаяся перед ней.

*Штрафные отметки* - линии длиной 20 см, расположенные по центру "пригорода" параллельно штрафной линии на расстоянии 20 и 40 см от неё.

*Кон* - это площадь, ограниченная двумя боковыми линиями и передней планкой, из пределов которой производятся броски по фигурам.

*Полукон* - это площадь, ограниченная двумя боковыми линиями, передней планкой и планкой кона сзади, из пределов которой производятся броски после выбивания из фигуры хотя бы одного городка (кроме фигуры "Письмо").

*Игра* - встреча между двумя командами, парами или участниками в рамках соревнований или тренировочных занятий или показательных выступлений.

"*Потерянный*" бросок - нерезультативный бросок, выполненный с нарушением Правил, после которого положение городков восстанавливается.

*Промех* - нерезультативный бросок, при котором не задет ни один городок.

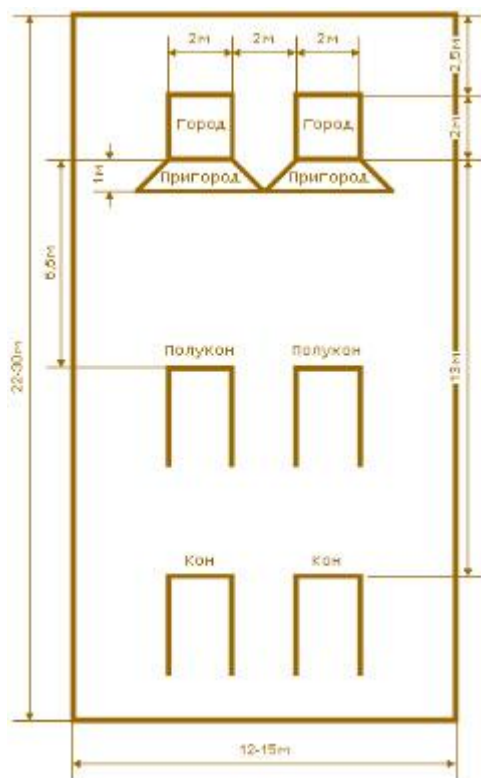
"*Мертвая точка*" - положение городка, до которого он катился в одну сторону, а после которого - в противоположную.

Приложение 3.

## ГОРОДОШНАЯ ПЛОЩАДКА И ЕЕ ОБОРУДОВАНИЕ

### ПЛОЩАДКА

1. Городошная площадка размещается на ровном горизонтальном участке размером 30(22) x 15(12)м.



2. Оборудование городошной площадки:

- металлические или полимерные листы, на которых краской наносятся линии «городов» и «пригородов». Толщина металлического листа – 10 мм, материал - сталь 3 СП. Оптимальная ширина листов 1.3-1.5 м. Листы укладываются таким образом, чтобы их стык строго совпадал с осевой линией города и пригорода. Стык листов кладется на меньшую

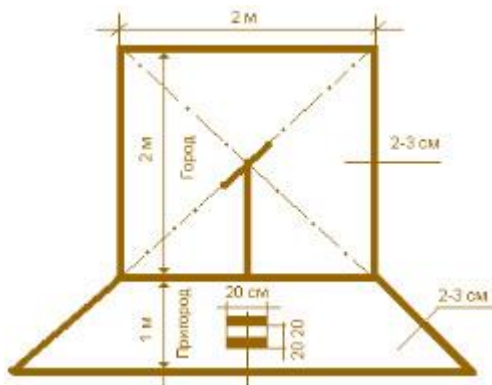
полку угловой стали 75x50x8. Полимерные листы в случае эксплуатации их на улице должны иметь защитный слой от ультрафиолетовых лучей;

- отбойная стенка;
- ограждение;
- осветительные приборы для игры вечером;
- фиксированные съемные планки высотой 40-50 мм на лицевых линиях конов и полуконов;
- навесы для укрытия игроков и секретаря от атмосферных осадков;

Желательно оборудование общего навеса над "городами", "пригородами" и отбойной стенкой.

3. Металлические (полимерные) листы, на которых размечаются два «города» с «пригородами» должны покрывать площадь размером не менее 8.0 x 3.2 м и располагаться строго горизонтально (круглый городок, катящийся в «городе» или «пригороде» с малой скоростью, должен замедлять движение в любом направлении, при отсутствии на него внешнего воздействия - ветра, сотрясения площадки).
4. Площадь, ограниченная двумя боковыми линиями и передней планкой, из пределов которой производятся броски по фигурам, называется коном. Расстояние от планки кона до лицевой линии - 13 метров (для старших юношей и мужчин), 11 метров (для старших девушек и женщин) и 6,5 м (для младших юношей и девушек). Площадь, ограниченная боковыми линиями, передней планкой и планкой кона сзади, из пределов которой производятся броски после выбивания хотя бы одного городка (кроме фигуры «Письмо»), называется полуконом. Расстояние от передней планки полукона до лицевой линии - 6.5 м. Поверхность конов и полуконов должна быть достаточно твердой, исключающей скольжение обуви. Наиболее предпочтительными покрытиями являются асфальт или специальные синтетические покрытия.

5. «Город» -зона, имеющая форму квадрата со стороной 2 м, в пределах которой устанавливаются фигуры.



«Пригород» – зона, находящаяся между лицевой и штрафной линиями, ограниченная с боков продолжениями диагоналей «города». По центру «пригорода» на расстоянии 20 и 40 см от штрафной линии наносят две отметки длиной 20 см для установки на них штрафных городков.

6. Штрафная линия и площадь, находящаяся перед ней, называются штрафной зоной. Ее засыпают песком или покрывают мелом из водной суспензии.
7. Боковые линии кона и полукона должны находиться строго напротив боковых линий "города" с учетом того, что ширина ограничительных линий <города> и боковых линий "пригорода" входит в размеры <города>, <пригорода>, а ширина ограничительных линий кона и полукона в размеры этих зон не входит.

Приложение 4.

### ГОРОДОШНЫЕ ФИГУРЫ

1. Для игры в городки используются 15 фигур. Последовательность и правильная их постановка в партии из 15 фигур показана на рисунке:



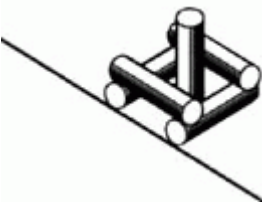
1. "Пушка"

2. "Вилка"

3. "Звезда"



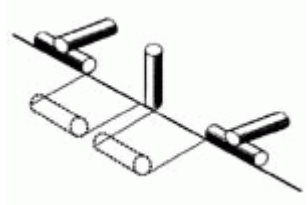
4. "Стрела"



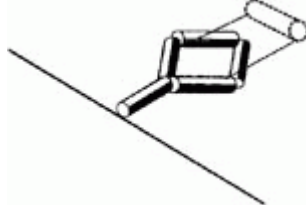
5. "Колодец"



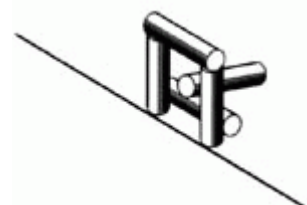
6. "Коленчатый вал"



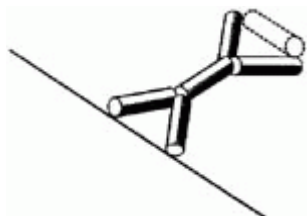
7. "Артиллерия"



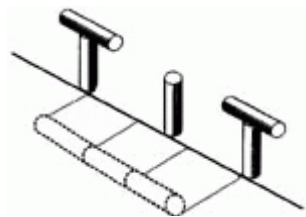
8. "Ракетка"



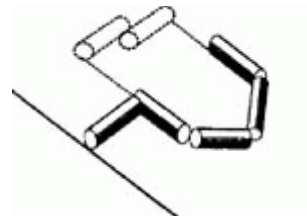
9. "Пулемётное гнездо"



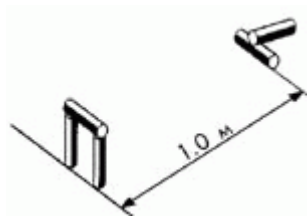
10. "Рак"



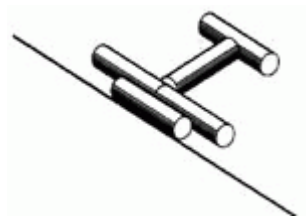
11. "Часовые"



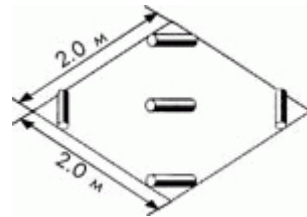
12. "Серп"



13. "Тир"



14. "Самолёт"



15. "Письмо"

2. В партии из 10 фигур, фигуры ставят и выбивают в следующей последовательности:

1. Пушка
2. Вилка
3. Колодец
4. Стрела
5. Артиллерия
6. Серп
7. Пулеметное гнездо
8. Самолет
9. Тир
10. Письмо

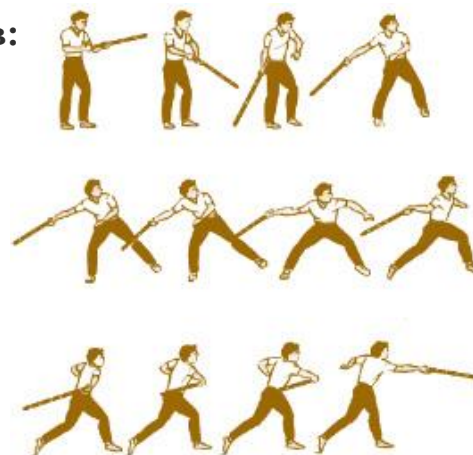
3. Все фигуры, кроме "Письма", ставят на середине лицевой линии, не выходя за пределы "города", в соответствии с требованиями "Регламента постановки фигур".
4. Угловые городки фигуры "Письмо" ставят по внешней линии "города", не выходя за его пределы, так, чтобы в углах образовывались равнобедренные треугольники. Городок, обозначающий марку, устанавливают в центре диагонали, идущей от заднего правого угла "города" до переднего левого (для играющих правой рукой) или в центре диагонали, идущей от заднего левого до переднего правого угла "города" (для играющих левой рукой).
5. Фигура "Серп" для играющих левой рукой устанавливается в левой половине "города" в зеркальном отражении.
6. Последовательность и количество выбиваемых фигур могут быть изменены в зависимости от системы проведения соревнований. Все изменения должны быть отражены в Положении.

Приложение 5.

### ТЕХНИКА БРОСКА БИТЫ

**Техника броска состоит из следующих элементов:**

- хват или держание биты за ручку;
- исходное положение - стойка;
- замах - отведение биты;
- разгон биты;
- выброс или финальное усиление.



### **ХВАТ**

Удержание биты кистью, городошники называют «хватом». Существует много его разновидностей. Различают глубокий хват – конец ручки биты выходит за пределы кисти; средний - граница мякоти кисти совпадает с концом ручки; мелкий – ручка заканчивается под мизинцем руки игрока. По степени усилия сжатия кисти хват делится на свободный и жёсткий. По расположению пальцев на ручке биты различают: хват «в замок» (большой палец охватывает ручку) и «ограниченный» (большой палец располагается вдоль ручки).

При «глубоком» хвате конец ручки биты расположен за пределами кисти, что ограничивает её хлестообразное действие в момент выброса. Игроки же, практикующие хват « в замок», демонстрируют лучшее владение битой, так как кисть у них менее закреплена, а значит, им легче корректировать плоскость вращения, легче осуществлять центровку биты относительно фигуры. Это оптимальный вариант хвата.

## **СТОЙКА**

Постановка ног. Правая стопа ставится под углом 30-45 градусов (по отношению к передней планке) перед отметкой основного места (место, с которого планируется полный разворот биты перед фигурой). Стопа левой ноги развёрнута под большим углом и расположена с небольшим смещением влево на расстоянии 15 см от правой пятки. Вес тела равномерно распределяется на обе ноги.

Туловище занимает естественное положение по отношению к постановке ног и раскрепощено, на сколько позволяет удержание биты в руках. Голова направлена лицом к фигуре и остаётся в таком положении или близко к нему в течение всего броска. Плечи опущены и максимально расслаблены. Правая рука согнута в локтевом суставе под углом 90 градусов, локоть слегка прижат к туловищу, предплечье фиксировано и в таком положении остаётся до момента выпуска биты в цель. Левая рука удерживает биту снизу на удобном расстоянии от правой руки. Продольная ось биты направлена в сторону фигуры.

## **ЗАМАХ**

Замах начинается с переноса веса тела на толчковую ногу, правая нога при этом незначительно сгибается в коленном суставе. Плечи немного отводятся назад и поворачиваются по часовой стрелке, увлекая руки с битой через сторону назад. Левая рука лёгким толчком освобождается от биты в направлении её, и продолжает закручивать плечи с позвоночным столбом. Правая рука продолжает отводить биту назад, постепенно выпрямляясь в локтевом суставе, кисть доходит до осевой линии направления броска, а комель биты несколько дальше – через низ.

## **РАЗГОН БИТЫ**

Начало разгона совпадает с моментом движения левой ноги в шаге и поиска ею опоры. Туловище при этом подаётся несколько вперёд, полностью разгибая руку и увлекая за собой биту. Далее, почувствовав опору левой ногой, выполняется



мощный, но не очень резкий толчок правой ногой с одновременным рывком предплечья и локтя в сторону – назад. Вес тела переносится на левую ногу, правая нога подтягивается, удерживая равновесие системы. В момент толчка правое бедро и таз поворачиваются против часовой стрелки, обгоняя движение плечевого пояса и закручивая позвоночный столб. Заканчивается бросок выбросом биты.

## ВЫБРОС

После того, как крутящий момент передан через позвоночный столб на плечевой пояс и скорость плечевой оси достигла предела, начинается торможение верхнего звена с последовательным его обгоном: плечом, предплечьем, кистью и коплём. При последовательном торможении частей руки от плеча к кисти и натягивании биты на себя, центр тяжести биты резко набирает максимальную скорость уже по отношению к кисти, т.е. бита увеличивает линейную и угловую скорость за счёт торможения кистью ручки (резко уменьшается радиус раскрутки). Выпускается бита в точке траектории Ц.Т., через которую проходит касательная в нужную точку на фигуре (для центрального удара). Туловище в фазе разгона и выброса незначительно наклонено в сторону биты, левая нога в момент выброса выпрямляется полностью. Весь разгон и выброс правая рука выпрямлена и всю работу выполняет от плеча как одно целое с битой.

### 3.2. Методические материалы

#### Методическое обеспечение и дидактические средства программы

№ п/п	Раздел. Тема Занятия	Формы занятий	Дидактические средства	Формы подведения итогов
1.	Теория. ОФП. Техническая подготовка. Правила техники безопасности на занятиях по «Городкам». ОРУ без предметов. Изучение основных элементов броска (исходное положение, хват, замах). Комплекс упражнений в движении. Изучение основных элементов броска (разгон и наведение биты на цель).	Групповая, подгрупповая.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты, фотоматериалы, видеоматериалы. Правила судейства.	Вводный, положение о соревнованиях по городошному спорту.

2.	ОФП СФП. Контрольные нормативы. Упражнения для развития силы мышц плечевого пояса. Развить быстроту. Челночный бег (3x10). Упражнения для развития мышц туловища. Прыжок в длину с места. Подтягивание на перекладине.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
3.	ОФП СФП Техническая подготовка. Упражнения в парах с набивным мячом. Разворот, недоразворот биты.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
4.	ОФП Техническая и игровая подготовка. Упражнения с резиновым бинтом. Лобовое попадание, недоброс, переброс, накрытие. Игра	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
5.	ОФП Техническая и игровая подготовка. Упражнения с резиновым бинтом. Лобовое попадание, недоброс, переброс, накрытие. Игра.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
6.	Теория. ОФП Техническая подготовка. Места занятий. Инвентарь. Правила игры. Развить ловкость. Центровка, увод и недовод биты.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
7.	ОФП СФП Техническая и тактическая подготовка. Развить гибкость. Мягкость и жёсткость приземления биты. Выбивание фигуры «Факс» Тактика выбивания высоких фигур.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
8.	ОФП СФП Техническая подготовка. Развить быстроту. Потерянный бросок. Техника	Групповая с организацией индивидуальных форм работы	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты,	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный

	замаха биты.	внутри группы, в парах.	биты на каждого обучающего.	тест.
9.	ОФП СФП Техническая и игровая подготовка. Развить силу мышц плечевого пояса. Штрафная зона и штрафной городок. Игра.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
10.	Теоретическая подготовка. ОФП. Техническая подготовка. Упражнения с гимнастической скакалкой. Город и пригород. Техника выбивания простых фигур «Пушка». Самоконтроль во время выполнения упражнений.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
11.	ОФП СФП Техническая подготовка. Упражнение с гимнастической палкой. Техника выбивания простых фигур высоких фигур.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
12.	ОФП. СФП Техническая и тактическая подготовка. Развить силу мышц ног. Оптимальные варианты хвата ручки биты. Тактика выбивания фигуры «Пулемётное гнездо».	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
13.	ОФП СФП Техническая подготовка. ОРУ без предмета. Плоскости вращения биты. Исходные положения для броска биты. Тактика простых фигур «Звезда» .	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
14.	Теория. ОФП Техническая подготовка. Основы гигиены и здорового образа жизни. Развить гибкость. Замах. Техника выброса биты.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
15.	ОФП Техническая и игровая подготовка. ОРУ в движении. Разгон и наведение биты на цель. Личные соревнования. Развить координацию. Тактика выбивания простых фигур «Ракетка».	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.

16.	ОФП СФП Контрольные нормативы. ОРУ без предметов. Бросок набивного мяча из положения сидя. Выбивание трёх городков (ширина 80 см.).	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
17.	ОФП СФП Контрольные нормативы. ОРУ без предметов. Прыжок в длину. Выбивание трёх последовательно установленных городков.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
18.	ОФП СФП Тактическая подготовка. Разгон и наведение биты в цель. Командные соревнования по выбиванию высоких фигур. Тактика выбивания высоких фигур «Часовые».	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
19.	Теория. ОФП СФП Техническая подготовка. Правила техники безопасности в игре «Городки». ОРУ без предметов. Выброс биты. Техника выбивания фигур.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест. Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
20.	ОФП Техническая и подготовка. ОРУ со скакалкой. Исходное положение и хват биты. Развить координацию в упражнениях со скакалкой. Тактика выбивания высокой фигуры «Тир».	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
21.	СФП Техническая подготовка. Развить ловкость. Замах. Техника выбивания высоких фигур.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
22.	ОФП Тактика. Игровая подготовка. Развить силу мышц туловища. Тактика выбивания простых фигур «Серп» Игра.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.

23.	Теория. СФП Техническая подготовка. Развить быстроту. Выброс биты. Техника выбивания фигур. Площадка для игры, оборудование, инвентарь.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
24.	ОФП Техническая подготовка. Правила построения фигур. Развить силу мышц туловища. Техника выбивания последовательно установленных городков.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
25.	ОФП Тактическая подготовка. Комплекс упражнений без предмета. Тактика выбивания высоких фигур «Тир»!	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
26.	ОФП Техническая подготовка. ОРУ с гимнастической палкой. Техника замаха. Упражнения для развития силы мышц рук с резиновым бинтом.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
27.	ОФП Техническая и игровая подготовка. Комплекс упражнений со скакалкой. Техника выброса биты. Тактика выбивания высоких фигур. Личные соревнования.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
28.	Теория. ОФП. Техническая подготовка. Влияние физических упражнений на организм человека. Значение физических упражнений для сохранения здоровья. Упражнения в парах. Техника наведения на цель.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
29.	ОФП Техническая подготовка. ОРУ в движении. Техника замаха. Техника выбивания фигуры «Письмо».	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
30.	ОФП СФП Техническая подготовка. ОРУ в движении. Развить гибкость. Техника разгона и наведения	Групповая с организацией индивидуальных форм работы	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты,	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный

	биты на цель.	внутри группы, в парах.	биты на каждого обучающего.	тест.
31.	СФП Тактическая и игровая подготовка. ОРУ без предмета. Тактика выбивания широких фигур «Вилка». Самоконтроль во время выполнения упражнений. Упражнения с набивным мячом. Оптимизация угловой скорости вращения биты. Игра.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
32.	Теория. ОФП. Техническая подготовка. Измерение частоты сердечных сокращений. Упражнения с набивным мячом в парах. Оптимизация угловой скорости вращения биты. Игра.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
33.	ОФП СФП. Техническая подготовка. Упражнения в движении. Развить координацию. Техника вращения биты.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
34.	СФП. Тактика игровая подготовка. Развить мышцы брюшного пресса. Тактика выбивания одиночных городков. Тактика выбивания широких фигур «Коленчатый вал». Техника выброса биты. Тактика выбивания фигуры «Письмо». Контрольные нормативы. Командные соревнования.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, биты на каждого обучающего. Правила судейства.	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.

### 3.3. Календарно-тематическое планирование Стартовый уровень группа 1 год обучения

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения		Форма аттестации/ контроля
			По плану	По факту	
1.	Теория. ОФП. Техническая подготовка. Правила техники безопасности на занятиях по «Городкам». ОРУ без предметов. Изучение основных элементов броска (исходное положение, хват, замах). Комплекс упражнений в	1			Входной контроль

	движении. Изучение основных элементов броска (разгон и наведение биты на цель).				
2.	ОФП СФП. Контрольные нормативы. Упражнения для развития силы мышц плечевого пояса. Развить быстроту. Челночный бег (3x10). Упражнения для развития мышц туловища. Прыжок в длину с места. Подтягивание на перекладине.	1			текущий контроль
3.	ОФП СФП Техническая подготовка. Упражнения в парах с набивным мячом. Разворот, недоразворот биты.	1			текущий контроль
4.	ОФП Техническая и игровая подготовка. Упражнения с резиновым бинтом. Лобовое попадание, недоброс, переброс, накрытие. Игра	1			текущий контроль
5.	ОФП Техническая и игровая подготовка. Упражнения с резиновым бинтом. Лобовое попадание, недоброс, переброс, накрытие. Игра.	1			текущий контроль
6.	Теория. ОФП Техническая подготовка. Места занятий. Инвентарь. Правила игры. Развить ловкость. Центровка, увод и недовод биты.	1			текущий контроль
7.	ОФП СФП Техническая и тактическая подготовка. Развить гибкость. Мягкость и жёсткость приземления биты. Выбивание фигуры «Факс» Тактика выбивания высоких фигур.	1			текущий контроль
8.	ОФП СПФ Техническая подготовка. Развить быстроту. Потерянный бросок. Техника замаха биты.	1			текущий контроль
9.	ОФП СФП Техническая и игровая подготовка. Развить силу мышц плечевого пояса. Штрафная зона и штрафной городок. Игра.	1			текущий контроль

10.	Теоретическая подготовка. ОФП. Техническая подготовка. Упражнения с гимнастической скакалкой. Город и пригород. Техника выбивания простых фигур «Пушка». Самоконтроль во время выполнения упражнений.	1			текущий контроль
11.	ОФП СФП Техническая подготовка. Упражнение с гимнастической палкой. Техника выбивания простых фигур высоких фигур.	1			текущий контроль
12.	ОФП. СФП Техническая и тактическая подготовка. Развить силу мышц ног. Оптимальные варианты хвата ручки биты. Тактика выбивания фигуры «Пулемётное гнездо».	1			текущий контроль
13.	ОФП СФП Техническая подготовка. ОРУ без предмета. Плоскости вращения биты. Исходные положения для броска биты. Тактика простых фигур «Звезда».	1			текущий контроль
14.	Теория. ОФП Техническая подготовка. Основы гигиены и здорового образа жизни. Развить гибкость. Замах. Техника выброса биты.	1			текущий контроль
15.	ОФП Техническая и игровая подготовка. ОРУ в движении. Разгон и наведение биты на цель. Личные соревнования. Развить координацию. Тактика выбивания простых фигур «Ракетка».	1			текущий контроль
16.	ОФП СФП Контрольные нормативы. ОРУ без предметов. Бросок набивного мяча из положения сидя. Выбивание трёх городков (ширина 80 см.).	1			промежуточный контроль
17.	ОФП СФП Контрольные нормативы. ОРУ без предметов. Прыжок в длину. Выбивание трёх последовательно установленных городков.	1			текущий контроль



18.	ОФП СФП Тактическая подготовка. Разгон и наведение биты в цель. Командные соревнования по выбиванию высоких фигур. Тактика выбивания высоких фигур «Часовые».	1			текущий контроль
19.	Теория. ОФП СФП Техническая подготовка. Правила техники безопасности в игре «Городки». ОРУ без предметов. Выброс биты. Техника выбивания фигур.	1			текущий контроль
20.	ОФП Техническая и подготовка. ОРУ со скакалкой. Исходное положение и хват биты. Развить координацию в упражнениях со скакалкой. Тактика выбивания высокой фигуры «Тир».	1			текущий контроль
21.	СФП Техническая подготовка. Развить ловкость. Замах. Техника выбивания высоких фигур.	1			текущий контроль
22.	ОФП Тактика. Игровая подготовка. Развить силу мышц туловища. Тактика выбивания простых фигур «Серп» Игра.	1			текущий контроль
23.	Теория. СФП Техническая подготовка. Развить быстроту. Выброс биты. Техника выбивания фигур. Площадка для игры, оборудование, инвентарь.	1			текущий контроль
24.	ОФП Техническая подготовка. Правила построения фигур. Развить силу мышц туловища. Техника выбивания последовательно установленных городков.	1			текущий контроль
25.	ОФП Тактическая подготовка. Комплекс упражнений без предмета. Тактика выбивания высоких фигур «Тир»!	1			текущий контроль
26.	ОФП Техническая подготовка. ОРУ с гимнастической палкой. Техника замаха. Упражнения для развития силы мышц рук с резиновым бинтом.	1			текущий контроль

27.	ОФП Техническая и игровая подготовка. Комплекс упражнений со скакалкой. Техника выброса биты. Тактика выбивания высоких фигур. Личные соревнования.	1			текущий контроль
28.	Теория. ОФП. Техническая подготовка. Влияние физических упражнений на организм человека. Значение физических упражнений для сохранения здоровья. Упражнения в парах. Техника наведения на цель.	1			текущий контроль
29.	ОФП Техническая подготовка. ОРУ в движении. Техника замаха. Техника выбивания фигуры «Письмо».	1			текущий контроль
30.	ОФП СФП Техническая подготовка. ОРУ в движении. Развить гибкость. Техника разгона и наведения биты на цель.	1			текущий контроль
31.	СФП Тактическая и игровая подготовка. ОРУ без предмета. Тактика выбивания широких фигур «Вилка». Самоконтроль во время выполнения упражнений. Упражнения с набивным мячом. Оптимизация угловой скорости вращения биты. Игра.	1			текущий контроль
32.	Теория. ОФП. Техническая подготовка. Измерение частоты сердечных сокращений. Упражнения с набивным мячом в парах. Оптимизация угловой скорости вращения биты. Игра	1			текущий контроль
33.	ОФП СФП. Техническая подготовка. Упражнения в движении. Развить координацию. Техника вращения биты. СФП. Тактика игровая подготовка. Развить мышцы брюшного пресса. Тактика выбивания широких фигур «Коленчатый вал». Техника выброса биты. Командные соревнования.	1			текущий контроль
34.	ОФП Тактическая и игровая	1			ИТОГОВЫЙ



### 3.5. План воспитательной работы с обучающимися детского объединения «Игра в городки» на 2025-2026 учебный год

Направление воспитательной работы	Мероприятия	Дата проведения мероприятия	Место проведения	Отметка о выполнении
<b>Гражданское воспитание</b>	Беседа «Символы России», «Символы Крыма».	Декабрь	МБОУ «ЗСШ»	
<b>Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности</b>	Беседа на тему «День народного единства».	Ноябрь	МБОУ «ЗСШ»	
	Беседа, посвященная Дню защитника Отечества.	Февраль	МБОУ «ЗСШ»	
	Мероприятие, посвященное Великой Победы в ВОВ.	Апрель-май	МБОУ «ЗСШ»	
<b>Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей</b>	Беседа о традициях и обычаях празднования Рождества Христова. Старинные народные гадания.	Декабрь	МБОУ «ЗСШ»	
	Фестиваль творческих детских работ «На радость мам», Беседа «Семья и семейные ценности».	Март	МБОУ «ЗСШ»	
	Благотворительность «Спешите делать добро». Беседа.	Сентябрь	МБОУ «ЗСШ»	
<b>Приобщение детей к культурному наследию</b>	Новогодние посиделки в духе народных традиций.	Декабрь	МБОУ «ЗСШ»	
	Посещение выставки «Наследники традиций».	Март-Апрель	МБОУ «ЗСШ»	
	Экскурсия «Исторические памятники Евпатории» к 78-летию Победы.	Май	МБОУ «ЗСШ»	
<b>Популяризация научных знаний среди детей</b>	Беседа «Всемирный день авиации и космонавтики».	Апрель	МБОУ «ЗСШ»	
	Беседа «Моя любимая книга».	Февраль	МБОУ «ЗСШ»	
<b>Эстетическое воспитание</b>	Беседа «Твой внешний вид».	Октябрь	МБОУ «ЗСШ»	
	День добрых дел.	В течении года	МБОУ «ЗСШ»	
	Беседа о повторении элементарных правил этикета.	Январь	МБОУ «ЗСШ»	
<b>Физическое воспитание и формирование культуры здоровья</b>	1.Разъяснительные профилактические беседы: - Месячник профилактики ДТП. - По противопожарной безопасности.	Сентябрь	МБОУ «ЗСШ»	
	- По профилактике отравлений грибами и ядовитыми растениями.	Октябрь	МБОУ «ЗСШ»	
	- По профилактике гриппа и простудных заболеваний.	Ноябрь	МБОУ «ЗСШ»	

	- Об опасности применения легко воспламеняющихся и взрывоопасных предметов, петард.	Декабрь	МБОУ «ЗСП»	
	- Профилактика травматизма в быту. - По безопасности на воде и льду.	Январь	МБОУ «ЗСП»	
	- По профилактике ОРВИ, гриппа и коронавирусной инфекции.	Октябрь, Февраль	МБОУ «ЗСП»	
	- По профилактике заболеваний туберкулезом. - Поведение ребенка в чрезвычайных ситуациях.	Март	МБОУ «ЗСП»	
	- По профилактике заболеваний клещевым энцефалитом.	Апрель	МБОУ «ЗСП»	
	- По безопасному поведению на воде. - Здоровое питание, здоровый образ жизни.	Май	МБОУ «ЗСП»	
	2. Беседы по правилам поведения при угрозе осуществления террористического акта и профилактические беседы: - «Терроризм – это...»	Октябрь	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать при получении подозрительных почтовых отправлений».	Октябрь	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать при обнаружении подозрительного предмета».	Ноябрь	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать при поступлении угрозы по телефону».	Декабрь	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать в случае угрозы захвата в заложники».	Январь	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать, если стреляют».	Февраль	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать для того, чтобы уцелеть от взрыва».	Март	МБОУ «ЗСП»	
	- «Что делать при поступлении угрозы в письменном виде».	Апрель	МБОУ «ЗСП»	
	- «Как вести себя в городе, где существует угроза террористических актов».	Май	МБОУ «ЗСП»	
<b>Военно- профессиональное самоопределение</b>	Выполнение нормативов по основам военной службы (НВП).	В течение учеб. года	МБОУ «ЗСП»	
	Беседа о преимуществах профессии военнослужащего ВС РФ.	Май	МБОУ «ЗСП»	
<b>Экологическое воспитание</b>	Беседа на тему «Всемирный день защиты животных».	Октябрь	МБОУ «ЗСП»	
	Проведение беседы об охране природы.	Март	МБОУ «ЗСП»	

<b>Пропаганда безопасного поведения на дорогах</b>	Проведение на занятиях «минутки безопасности» с напоминанием, обучающимся о необходимости соблюдать ПДД, обращать внимание на погодные условия и особенности улично-дорожной сети.	В течение года	МБОУ «ЗСШ»	
	Статистика ДТП. Напоминание о мерах предосторожности. Дорога в школу.	В течение года	МБОУ «ЗСШ»	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 500683265192151047131792809664553389447852737356

Владелец Ляшкова Галина Николаевна

Действителен с 02.08.2025 по 02.08.2026