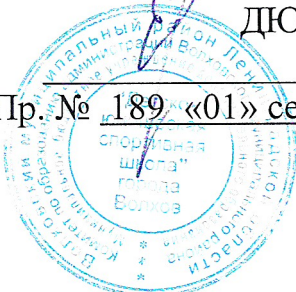


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско – юношеская спортивная школа» города Волхов

принята на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 1  
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Врио директора  
ДЮСШ г. Волхов  
/Есенин К.С.  
Пр. № 189 «01» сентября 2025 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Спорт Тур»  
физкультурно – спортивной направленности**

**Возраст обучающихся: от 5 до 17 лет  
Срок реализации программы: 1 год**

**Разработчик: Веричева Ольга Владиславовна, методист**

г. Волхов  
2025 год

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «Спорт Тур» физкультурно - спортивной направленности создана как основной нормативный документ, регламентирующий образовательный процесс в объединении.

**Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана программа:**

Федеральный закон № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);

Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р (в редакции от 20 марта 2023 г.);

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18 декабря 2020 года № 61573 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

Распоряжение Минпросвещения России от 25.12.2019 N P-145 «Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»;

Примерные требования к программам дополнительного образования детей, утвержденные письмом Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования

детей»;

Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих общеобразовательных программ»;

Письмо Комитета общего и профессионального образования от 01.04.2015 № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта. Министерства Просвещения РФ 2021 г.;

Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» города Волхов.

### **Актуальность программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Спорт Тур» составлена для посещения учащимися школ города и района обзорных экскурсий по Детско – юношеской спортивной школе.

Экскурсионные занятия направлены на социально - спортивную адаптацию учащихся, на популяризацию физкультуры, спорта, здорового образа жизни, на подготовку к гражданской и нравственной деятельности.

Программа решает проблему занятости учащихся во внеурочное время, организации досуга, выбора вида спортивной деятельности, способствует воспитательному процессу и включению школьников в спортивную жизнь города.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что она позволяет целенаправленно привлекать учащихся к выбору программ по видам спорта, реализуемых в ДЮСШ.

Благодаря посещению занятий, школьники узнают о деятельности спортивной школы, историю развития школы, о выпускниках школы, среди которых могут быть и их родители. Такая преемственность поколений способствует развитию доступных форм наставничества: мастер – классы, встречи со спортсменами разрядниками, кандидатами, мастерами спорта РФ, дружеские соревнования и турниры, показательные выступления.

**Цель дополнительной общеразвивающей программы:** способствовать развитию устойчивого интереса к занятиям физкультурой и спортом, к оздоровлению организма, к активной жизненной и гражданской позиции.

### **Задачи дополнительной общеразвивающей программы**

**Обучающие**  
1. Научить безопасным правилам поведения в здании спортивной школы, в спортивном зале, вспомогательных помещениях (раздевалках, душевых), правилам пожарной безопасности.

2. Познакомить со спортивным и специальным оборудованием и инвентарём.

### **Развивающие**

1. Способствовать развитию интереса к занятиям физкультурой и спортом.

2. Сформировать понятие о необходимости режима дня, включающего школьную, спортивную нагрузку и время отдыха.

3. Развивать желание бороться с гиподинамией, нарушением осанки, вредными привычками.

#### **Воспитательные**

1. Формировать уважительное отношение к поколениям спортсменов, закончивших ДЮСШ г. Волхов, желание учиться в школе, совершенствовать своё спортивное мастерство.

#### **Отличительные особенности программы от уже существующих**

В программе используется модели краткосрочного наставничества и сетевого наставничества. Наставниками выступают административные сотрудники и тренеры – преподаватели ДЮСШ г. Волхов.

Содержание программы включает беседы – лекции об истории школы, инструктажи по технике безопасности, обзорную экскурсию по помещениям школы, знакомство со спортивным оборудованием и инвентарём.

В практической части занятия возможны задания по строевым упражнениям, эстафеты, квесты.

#### **Организационно - педагогические условия реализации программы**

##### **Сетевое взаимодействие**

Данная программа реализуется посредством сетевой формы взаимодействия с образовательными организациями города.

**Возраст учащихся**, участвующих в реализации данной общеразвивающей программы, от 7 до 17 лет.

##### **Возрастные особенности учащихся**

Младшим школьным возрастом принято считать возраст детей примерно **от 7 до 10-11 лет**, что соответствует годам его обучения в начальных классах. Это возраст относительно спокойного и равномерного физического развития. Некоторые возрастные особенности присущи вниманию учащихся начальных классов. Основная из них – слабость произвольного внимания. Возможности волевого регулирования внимания, управления им в начале младшего школьного возраста ограничены. Значительно лучше в младшем школьном возрасте развито непроизвольное внимание. Всё новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание учеников, без всяких усилий с их стороны.

Характер младших школьников отличается некоторыми особенностями. Прежде всего, они импульсивны – склонны незамедлительно действовать под влиянием непосредственных импульсов, побуждений, не подумав и не взвесив всех обстоятельств, по случайным поводам. Нередко наблюдается капризность, упрямство.

Средний школьный возраст (**от 11-12-ти до 15-ти лет**) - переходный от детства к юности. Он совпадает с обучением в школе (5-9 классы) и характеризуется глубокой перестройкой всего организма. Стоит обратить на такую психологическую особенность данного возраста, как избирательность их внимания. Это значит, что они откликаются на необычные, захватывающие уроки и классные дела, а быстрая переключаемость внимания не дает возможности сосредотачиваться долго на одном и том же деле.

Значимой особенностью мышления подростка является его критичность. Дети в этот период склонны к спорам и возражениям, слепое следование авторитету взрослого сводится зачастую к нулю.

**15-17 лет.** Юноши и девушки, достигшие этого возраста, переживают сложный период своего развития, на который существенное влияние оказывают возрастные особенности старшего школьного возраста. Общие интересы уже не являются основой товарищества между старшеклассниками, им на смену приходят общие убеждения и взгляды на жизнь.

У учащихся старших классов уже сложилось теоретическое и логическое мышление, сформирована самостоятельность, приближается период социальной зрелости. Особенности старших школьников очень явно проявляются в их эмоциональной сфере. В этот период у школьников отлично проявляются коммуникабельные способности, стремление к самоконтролю, уравновешенность.

Ранняя юность – очень сложный этап в развитии человека. Психология старшего школьника полна противоречий. Старшеклассники находятся на пороге взрослой жизни, и в этом возрасте им как никогда нужна поддержка взрослых.

#### **Воспитательный потенциал программы**

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цель                                        | Формировать у обучающихся чувство патриотизма, нравственные качества в сочетании с волевыми качествами спортсмена.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Задачи воспитательной работы                | Повлиять на развитие нравственных качеств, таких как: честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, коллективизм.<br>Воспитывать настойчивость, смелость, решительность, упорство, ответственность, целеустремленность.                                                                                                                                                                                                            |
| Ожидаемые результаты                        | Будет сформирована устойчивая гражданская позиция.<br>Будут воспитаны морально – волевые и нравственные качества.<br>Будет развита устойчивая потребность к физическому развитию и систематическим занятием физической культурой и спортом.<br>Будут соблюдать нормы социального поведения.<br>Будут проявлять стремление к победе, разовьют лидерские качества.<br>Будут оказывать посильную помощь в проведение спортивных мероприятий и соревнований. |
| Форма проведения воспитательных мероприятий | Учебно-тренировочные занятия, спортивные сборы, соревновательная деятельность, беседы, лекции, собрания группы (команды), встречи с интересными людьми, наставнические встречи, мастер – классы от опытных спортсменов, экскурсионные посещения памятников боевой славы и музеев.                                                                                                                                                                        |
| Методы воспитательного воздействия          | Убеждения, упражнения, личный пример, поощрения, наказания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

#### **Уровень сложности программы**

Содержание и материал программы соответствует **стартовому** (ознакомительному) уровню. Разноуровневость материала прослеживается в практических заданиях разных уровней (стартовый и базовый)

#### **Структурная модель программы**

| Уровень   | Наполняемость учебных групп | Возраст учащихся, особенности состава | Год обучения | Режим занятия, час | Объем программы в год, час | Особенности организации образовательного процесса |
|-----------|-----------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------------|----------------------------|---------------------------------------------------|
| Стартовый | 15                          | 7 -17                                 | 1            | 2                  | 2                          | На базе учреждения                                |

**Наполняемость учебных групп:** 15 человек.

**Срок реализации программы:** 1 год в общем объёме 2 часа в год, 39 учебных недель.

**Форма обучения:** очная, дистанционная.

**Форма организации занятий:** групповая.

**Формы проведения занятий:** аудиторные, внеаудиторные.

**Основные формы аудиторных занятий:** беседа – лекция, экскурсия.

**Режим занятий.** Занятия проводятся 1 – 2 раза в год по 1 - 2 занятию в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования. Продолжительность одного занятия 45 минут. Перерыв между двумя занятиями 5-10 минут.

**Планируемые результаты, система оценки результатов**

**Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:**

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи;  
проявлять дисциплинированность, уважение, вежливость.

**Метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:**

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия.

**Предметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы**

| Уровень   | Прогнозируемый результат                                                                                                                                                                                                                                                                | Система стимулирующего поощрения достижений учащихся            |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Стартовый | <b>Знать:</b> правила безопасного поведения в помещениях ДЮСШ, правила пожарной безопасности, правила поведения на занятии и после занятия.<br><b>Уметь:</b> выполнять практические задания со спортивным инвентарём, строевые упражнения; перечислить виды спорта. Реализуемые в ДЮСШ. | - устная благодарность;<br>- размещение на сайте сети Интернет. |

**Для проверки освоения программы используются следующие формы контроля:**

**промежуточная аттестация** – контрольные вопросы (викторина) по экскурсионному занятию.

### Учебно-тематический план

| № п/п | Название разделов и (или) тем программы | Количество часов базовый уровень |        |          | Формы промежуточной аттестации |
|-------|-----------------------------------------|----------------------------------|--------|----------|--------------------------------|
|       |                                         | всего                            | теория | практика |                                |

|    |                 |          |          |          |                                 |
|----|-----------------|----------|----------|----------|---------------------------------|
| 1. | Вводное занятие | 2        | 1        | 1        | Викторина, практическое задание |
|    | <b>Всего:</b>   | <b>2</b> | <b>1</b> | <b>1</b> |                                 |

| № п/п | Название разделов и (или) тем программы | Количество часов базовый уровень |          |          | Формы промежуточной аттестации |
|-------|-----------------------------------------|----------------------------------|----------|----------|--------------------------------|
|       |                                         | всего                            | теория   | практика |                                |
| 1.    | Вводное занятие                         | 1                                | 0,5      | 0,5      | Викторина                      |
| 2.    | Итоговое занятие                        | 1                                | 0,5      | 0,5      | Практическое задание           |
|       | <b>Всего:</b>                           | <b>2</b>                         | <b>1</b> | <b>1</b> |                                |

## Содержание стартового уровня

| 1. Вводное занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Теория                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Практика                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 1. Беседы – рассказ, инструктаж: «Знакомство со школой», «Правила безопасного поведения в спортивной школе», «Правила пожарной безопасности», «История ДЮСШ, реализуемые виды спорта», «Наши выпускники». Контрольный вопрос: «Каким видом спорта вы хотите заниматься?»<br>Данные тема реализуются по ссылке: <a href="http://sportschool.volkhov.ru/">http://sportschool.volkhov.ru/</a> | 1. Экскурсия по помещениям ДЮСШ, осмотр оборудования спортивных залов и инвентаря.<br>2. Практическая часть: эстафета, строевая подготовка, квест, подвижные игры.<br><b>Задания стартового уровня:</b> знакомство со спортивным инвентарем, подвижные игры.<br><b>Задания базового уровня:</b> строевые упражнения, эстафета, квест. |

## Методическое обеспечение программы

| № п/п             | Название разделов и (или) тем | Формы занятий                                                        | Приёмы и методы организации образовательного процесса | Дидактический материал, техническое оснащение занятий |
|-------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| Стартовый уровень |                               |                                                                      |                                                       |                                                       |
| 1.                | Вводное занятие.              | Беседа, рассказ. Инструктаж по Т.Б. Экскурсия, практическое задание. | Словесные, наглядные, практические.                   | Методическая литература, спортивный инвентарь.        |
| 2.                | Итоговое занятие              | Беседа, рассказ. Инструктаж по Т.Б., практическое задание.           | Словесные, наглядные, практические.                   | Методическая литература, спортивный инвентарь.        |

## Материально – техническое обеспечение программы

|                                  |                                                                         |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Помещение для занятий, инвентарь | Двухзальное здание ДЮСШ г. Волхов, спортивное оборудование и инвентарь. |
| Спортивная                       | Сменная обувь.                                                          |

|               |  |
|---------------|--|
| форма и обувь |  |
|---------------|--|

## Учебно – информационное обеспечение программы

### Электронные ресурсы

1. Шурышкарская СОШ "Образовательный центр" Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение. Возрастные особенности учащихся. [Электронный ресурс]. <https://shurshkola.yanao.ru> (дата обращения: 22.09. 2022).

2. Возрастные особенности старшего школьника. [Электронный ресурс] [Образовательная социальная сеть portal.ru](https://obrazovatelnyaya-socialnaya-set-portal.ru) (дата обращения: 22.09. 2022).

## Приложение 1

### Календарный учебный график к дополнительной общеразвивающей программе «Спорт Тур» на 2025 - 2026 учебный год

**1. Начало учебного года:** 01.09.2025 г.

**2. Окончание учебного года:** 31.05.2026 г.

**3. Продолжительность учебных занятий:** 1 раз в неделю по 1 - 2 занятию, продолжительностью 30 - 45 минут. Перерыв между занятиями 5 - 10 минут.

**4. Продолжительность учебного года**

|                       | Год обучения | Количество детей | Количество часов в неделю | Количество часов в 1 полугодии | Количество часов во 2 полугодии | Количество часов в год |
|-----------------------|--------------|------------------|---------------------------|--------------------------------|---------------------------------|------------------------|
| Макарин В.Л. группа 1 | 1            | 15               | 2                         | 2                              | -                               | 2                      |
| Есенин К.С. группа 2  | 1            | 15               | 2                         | 2                              | -                               | 2                      |

**5. Режим работы:**

| Название группы       | День недели, время    |
|-----------------------|-----------------------|
| Макарин В.Л. группа 1 | Среда 12.00- 13.35    |
| Есенин К.С. группа 2  | Вторник 11.00 - 12.35 |

**6. Проведение промежуточной аттестации по итогам занятия**

Промежуточная аттестация 1 или 2 полугодие

**7.Каникулы**

Летние 01.06.2026 -31.08.2026 г.

**Праздничные дни в 2025 - 2026 учебном году:** 4 ноября, 31 декабря, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1,9 мая.

**8. Место проведения занятий:** ДЮСШ г. Волхов.

| №                         | Дата        |             | Тема, форма аттестации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Кол-во час. |
|---------------------------|-------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
|                           | планируемая | фактическая |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |
| 1 полугодие учебного года |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |
| 1. Тема: Вводное занятие  |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2           |
| 1                         |             |             | Знакомство. Беседы –рассказ, инструктаж:<br>«Знакомство со школой»,<br>«Правила безопасного поведения в спортивной школе», «Правила пожарной безопасности»,<br>«История ДЮСШ, реализуемые виды сорта»,<br>«Наши выпускники».<br>Контрольный вопрос:<br>«Каким видом спорта вы хотите заниматься?»<br><b>Инструктаж по Т.Б.</b><br>Экскурсия по помещениям ДЮСШ, осмотр оборудования спортивных залов и инвентаря, практическая часть.<br><b>Промежуточная аттестация</b> – викторина.<br>Практические задания | 2           |
| Итого за 1 полугодие:     |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2           |
| 2 полугодие учебного года |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |
|                           |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |             |
| Итого за 2 полугодие:     |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -           |
| Всего:                    |             |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2           |

| №                         | Дата            |             | Тема, форма аттестации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Кол-во час. |
|---------------------------|-----------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
|                           | планируема<br>я | фактическая |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |
| 1 полугодие учебного года |                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |
| Итого за 1 полугодие:     |                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -           |
| 2 полугодие учебного года |                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |             |
| 1. Тема: Вводное занятие  |                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1           |
| 1                         |                 |             | Знакомство. Беседы – рассказ, инструктаж:<br>«Знакомство со школой»,<br>«Правила безопасного поведения в спортивной школе», «Правила пожарной безопасности»,<br>«История ДЮСШ, реализуемые виды сорта»,<br>«Наши выпускники».<br>Контрольный вопрос:<br>«Каким видом спорта вы хотите заниматься?»<br><b>Инструктаж по Т.Б.</b><br>Экскурсия по помещениям ДЮСШ, осмотр оборудования спортивных залов и инвентаря, практическая часть. | 1           |

|                                  |  |  |                                                                      |          |
|----------------------------------|--|--|----------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>2. Тема: Итоговое занятие</b> |  |  |                                                                      | <b>1</b> |
| 2                                |  |  | <b>Промежуточная аттестация – викторина.</b><br>Практические задания | 1        |
| <b>Итого за 2 полугодие:</b>     |  |  |                                                                      | <b>2</b> |
| <b>Всего:</b>                    |  |  |                                                                      | <b>2</b> |

## Приложение 2

### Вопросы викторины

#### Вопросы для дошкольников и младших школьников:

1. Спортивный переходящий приз. ( Кубок)
2. В какой игре используется клюшка и шайба? (Хоккей)
3. Хоккей – шайба, футбол – мяч, бадминтон -.....? (Волан)
4. Специалист по поднятию тяжестей? (Штангист)
5. Ледовая площадка (Каток)
6. Инструмент спортивного судьи (Свисток)
7. Какой элемент экипировки хоккейного вратаря имеет «ловушку» для шайбы? (Перчатка)
8. В какой зимней командной игре игрокам запрещено выходить на поле без шлема? (Хоккей)
9. В какой спортивной игре самый маленький мяч? ( Настольный теннис)
10. Как называются самые главные соревнования на нашей планете? (Олимпийские игры)
11. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы? (Фехтование)
12. В каком виде спорта принимают участие животные? ( Конный спорт)
13. Мягкие матрасы, на которые падают спортсмены после выполнения прыжка (Маты)
14. Что защищает вратарь? ( Ворота)
15. В какой стране зажигают олимпийский факел? ( В Греции)
16. Как называют лидера команды? (Капитан)
17. Что вешают спортсмену на шею за победу? ( Медаль)
18. Как называется одежда спортсмена и команды? (Форма)
19. Если в игре не получилось выявить победителя это .... ? ( Ничья)
20. Как называют человека, который готовит спортсменов к соревнованиям? (Тренер)
21. На трибунах, во время игры, спортсменов поддерживают кто? (Болельщики)
22. Из какого овоща стреляют в спорте? ( Из лука)
23. Дети часто сокращают название урока физкультуры и называют его как? (Физра)
24. Если качать мышцы живота, то появляется что? ( Пресс)
25. Что требуют болельщики в хоккее? ( Шайбу!)
26. Мяч в кольцо, команде гол! Мы играем в (Баскетбол)
27. Кто побеждает в соревнованиях велогонщиков?
  1. У кого лучше велосипед;
  2. У кого самый дорогой велосипед;
  3. Кто лучше всех крутил педали;
  4. Кто первым пересёк финишную черту.

28. Из чего были сделаны самые первые коньки? (Из костей)
29. Начало дистанции это старт, а конец дистанции - ? (Финиш)
30. Люди, которые купаются в проруби зимой называются ? (Моржи)
31. Самый старый вид спорта, в котором побеждает тот, кто первый пересечёт финиш? (Бег)
32. Наказание в спортивных играх (Удаление)
33. Каким видом спорта на стадионе занимался Бегемот в мультфильме «Ну, погоди!» (Городки)

Вопросы для школьников среднего звена

1. Начало пути к финишу. (Старт)
2. Чего не надо, если есть сила? (Ума)
3. Инструмент спортивного судьи. (Свисток)
4. Боксерский корт. (Ринг)
5. Боксёрская трехминутка. (Раунд)
6. Спортивный снаряд для перетягивания. (Канат)
7. “Бородатый” спортивный снаряд. (Козёл)
8. Игра с мячом-дыней (Регби)
9. Танцор на льду. (Фигурист)
10. Спортсмен, который ходит сидя. (Шахматист)
11. Её просят лыжники. (Лыжню)
12. Предки кроссовок. (Кеды)
13. Летающий участник бадминтона. (Воланчик)
14. Пара лошадей пробежала 40км. Сколько пробежала каждая лошадь? (40км)
15. Как часто проводятся Олимпийские игры? (один раз в четыре года)
16. Что означает переплетение разноцветных колец в эмблеме олимпийских игр? (символ дружбы пяти континентов)
17. На открытии Олимпийских игр команды идут в порядке алфавита страны - организаторы. Но впереди всегда шествует команда одной и той же страны. Какой? (Греции)
18. Чем покрывали гладиаторскую арену в Древнем Риме? (Песком)
19. Какой девиз у современной Олимпиады? («Быстрее, выше, сильнее»)
20. Назвать 5 спортивных терминов, начинающихся с буквы «С» (стадион, сетка, секундомер, спартакиада, спринт)
21. Назовите общее количество фигур в шахматах. (32 шт.)
22. Какой мяч тяжелее: футбольный, волейбольный, гандбольный или баскетбольный? (Баскетбольный.)
23. Может ли пятилетний ребенок прыгнуть выше слона? (да, слоны прыгать не умеют)
24. При какой температуре воздуха можно заливать каток? (не выше 0)
25. Сколько лет шахматам? (Примерно 1500 лет)
26. Назовите имя русского человека, который в Голландии очень любил коньки и первым придумал прибавать их к подошвам сапог. (Русский император Петр Первый)
27. У какой гимнастической фигуры есть тезка среди птиц? (Ласточка)
28. Какой стиль плавания люди позаимствовали у лягушки? (Брасс)
29. В каком спортивном командном соревновании, чтобы победить, надо пятиться

назад? (Перетягивание каната)

30. Что означает «баскет» и «бол»? (Корзина и мяч)

31. Какой спортивный снаряд намеренно ухушили, чтобы не покалечить зрителей? (Копье, оно перестало быть острым)

32. Какая медаль вручается за высшее спортивное достижение? (Золотая)

33. В каких играх на площадке натянута сетка? (Волейбол, большой теннис, бадминтон)

34. Назовите спортивное единоборство с применением шпаги, рапиры или сабли. (Фехтование)

35. Какого цвета центр мишени для стрельбы из лука? (Желтого)

36. В каком виде спорта можно играть только правой рукой? (Конное поло)

37. Сколько бегунов от каждой команды участвует в эстафете? (4 спортсмена)

38. Какой вид спорта бывает и тяжёлым, и лёгким (Атлетика)

### **Приложение 3**

#### **План экскурсионного занятия.**

1. Знакомство учащимися с инструктором.
2. Правила безопасного поведения в помещении спортивной школы (инструктаж).
3. Ознакомление с выпускниками ДЮСШ г. Волхов (наглядное пособие «Наши выпускники», беседа - рассказ).
4. Спортивные раздевалки, душевые комнаты.
5. Зал бокса, ринг, инвентарь.
6. Большой спортивный зал, спортивные снаряды и инвентарь, специальные покрытия для пола. Викторина.
7. Практические задания, подведение итогов викторины, вручение памятных призов.
8. Прощание с учащимися, общая фотография.