

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Управление образования администрации муниципального образования
«Нестеровский муниципальный округ Калининградской области»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Побединская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
протокол № 8 от «31» 05 2023г.



«Утверждаю»

Директор МАОУ Побединской СОШ

— Н.В. Малатова

Приказ № 207 от 31.05.2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Общая физическая подготовка»

Возраст обучающихся: 1-4 классы

Срок реализации: 9 месяцев

Автор: Старостенко Ирина Сергеевна,

учитель физической культуры

п. Чернышевское

2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Современному школьнику, проводящему основную часть дня на уроках в школе и за выполнением домашних заданий, приходится выдерживать большие умственные и физические нагрузки. Данная ситуация ведет к малой активности детей, которая с поступлением их в школу снижается наполовину. В связи с этим, у большинства школьников наблюдаются ухудшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, зрения, нарушение обмена веществ, снижение сопротивляемости к различным заболеваниям. В условиях недостатка двигательной активности обучающихся важнейшую роль играет эффективная организация дополнительной физкультурно-оздоровительной работы в школе. Ведь именно систематические занятия физическими упражнениями способствуют физическому и физиологическому развитию растущего организма школьников, формируют у них разнообразные двигательные умения и навыки. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками ОФП занимает одно из ведущих мест.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея программы — мотивация обучающихся на ведение здорового образа жизни, укрепления здоровья обучающихся, их разностороннего физического развития и совершенствования физической подготовки.

Данный курс актуален тем, что помогает обучающимся не только укрепить свое физическое и психическое здоровье, но помогает разнообразить интерес детей к спорту через игровые методы.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Ключевые понятия:

Физическая культура - область социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья человека в процессе осознанной двигательной активности.

Спортивные наклонности - отбор способных детей и их спортивная ориентация.

Соревнования - форма деятельности, борьба, соперничество за достижение превосходства, лучшего результата.

Общая физическая подготовка (ОФП) — система физических упражнений для укрепления здоровья и развития всех физических качеств (ловкости, координации, выносливости, гибкости, скорости, силы), направленных на всестороннее физическое развитие человека.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» имеет спортивно-физкультурную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы - базовый

Актуальность программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации.

Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального

благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования.

В связи с ухудшением состояния здоровья детей охрана и укрепление здоровья детей и подростков является одним из основных направлений в деятельности школы.

Причинами ухудшения состояния здоровья детей являются:

- несоответствие системы обучения детей гигиеническим нормативам;
- перегрузка учебных программ;
- ухудшение экологической обстановки;
- недостаточное или несбалансированное питание;
- стрессовые воздействия;
- распространение нездоровых привычек.

В связи с этим необходимо организовать образовательный процесс в школе с учетом психологического комфорта и ценности каждой индивидуальной личности, индивидуальных психофизических особенностей учащихся, предоставить возможность для творческой деятельности и самореализации личности, необходимо включить наряду с педагогической медико-профилактическую деятельность.

Если все это будет учтено, то будет сохранено здоровье учащихся, сформированы навыки и позитивное отношение к здоровому образу жизни.

ОФП - это не спорт, но без нее не обойтись ни в одном виде спорта. Поэтому для ребенка, которого каждый здравомыслящий родитель хотел бы приобщить к спорту, ОФП является фундаментом.

ОФП - это система занятий физическими упражнениями, направленная на развитие всех физических качеств - выносливости, силы, ловкости, гибкости, скорости в их гармоничном сочетании.

ОФП - это способ развития или сохранения физических качеств, то есть внутреннего, физиологического, биохимического уровня.

Педагогическая целесообразность образовательной программы
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» составлена таким образом, чтобы обучающиеся могли овладеть оптимальным уровнем развития физических качеств. В процессе занятий обучающиеся получают дополнительные знания и специальные упражнения, оптимальное сочетание которых в ходе занятий позволит решать не только задачи по физическому воспитанию, но и развивать координацию движений и речь.

Реализация данной программы является конечным результатом, а также ступенью для перехода на другой уровень сложности.

Практическая значимость образовательной программы

Содержание данной программы построено таким образом, что обучающиеся под руководством педагога смогут не только устранить или смягчить собственную непоседливость, чрезмерную утомляемость, угловатость, замкнутость, подавленность, но, и, являясь сегодня одной из основных форм массового приобщения подрастающего поколения к спорту, решит одну из приоритетных проблем педагогики и психологии, - разовьёт физические и творческие способности детей. Именно творческие способности стимулируют формирование особых качеств ума: наблюдательности, умению сопоставлять,

анализировать, комбинировать, находить связи и зависимости, - качеств, необходимых любому молодому человеку XXI века.

Принципы отбора содержания:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что программа по общей физической подготовке разработана с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Включено большое количество подвижных игр.

Реализация данной программы способствует укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Зачисление обучающихся в группы общей физической подготовки будет осуществляться по желанию обучающихся при наличии медицинской справки. Главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. Создание условий для развития личности занимающихся.
2. Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля.
3. Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности.
4. Формирование знаний, умений и навыков при выполнении упражнений.
5. Привитие любви к систематическим занятиям спортом.

Занятия общей физической подготовкой дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, являются хорошей школой движений. Занятия проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся, достижения всестороннего развития.

Новизна программы заключается в том, что составлена она в поддержку основной рабочей программы по физической культуре для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений. Также новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.

Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

Цель программы – всестороннее физическое развитие детей, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Задачи программы

Образовательные:

- ✓ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- ✓ знакомство с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ✓ знакомство с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;

Развивающие:

- повышение уровня физической подготовленности;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству;
- развитие чувства команды;
- развитие воображения, мышления, памяти, умения концентрировать внимание.

Воспитательные:

- формирование представлений об общечеловеческих, нравственных ценностях;
- формирование умения работать в команде;
- воспитание социально активной личности, готовой к трудовой деятельности в будущем;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

Психолого - педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей 1 - 4 классов.

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа с недельной нагрузкой - 2 часа в неделю.

Форма обучения по программе – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Содержание программы ориентировано на группы детей одного возраста.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- ✓ смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- ✓ смена личностных интересов и запросов обучающихся.

При зачислении детей в группу необходима медицинская справка о состоянии здоровья обучающегося.

Процесс обучения осуществляется в группах в количестве до 20 человек. Программа реализуется в рамках проекта «Губернаторская программа «УМная ПРОдленка» и является бесплатной для обучающихся.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 30 - 40 минут. Недельная нагрузка 2 часа.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей обучающихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами, утвержденными СанПин 2.4.4.3172-14.

Занятия проводятся на улице спортивной площадки или в спортивном зале при плохой погоде.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части.

Форма организации занятий – групповая.

Формы проведения занятий – учебно-тренировочная, соревновательная.

Группы формируются с учетом возраста.

Основные формы и методы

При реализации программы используются различные **методы** обучения:

-словесные – рассказ, объяснение нового материала;

-наглядные – показ новых игр, упражнений, демонстрация иллюстративного материала;

-практические – апробирование новых игр, упражнений: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Формы организации образовательного процесса:

Индивидуальная (изучение теоретического материала, выполнение практических заданий различного вида);

Групповая (совместные обсуждения).

Планируемые результаты

Личностные результаты:

✓ формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

✓ воспитание морально-этических и волевых качеств; дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

✓ умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

✓ умение оказывать помощь своим сверстникам. **Метапредметные результаты:**

✓ умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;

✓ умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

✓ умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

✓ умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Предметные результаты:

✓ знать о физических качествах и правилах их тестирования;

✓ выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

✓ знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях различными упражнениями и правила его предупреждения.

Формы подведения итогов реализации программы

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр;
- ✓ спортивные праздники «А, ну-ка, парни», «А, ну-ка, девочки»;
- ✓ открытое занятие;
- ✓ соревнования;
- ✓ «День здоровья».
- ✓ Спортивный праздник «Будь здоров»
- ✓ Спортивный праздник «Мама, папа я – дружная семья!»
- ✓ Спортивный праздник «Зоологические забеги!»
- ✓ Спортивный праздник «Мы - за здоровое поколение»
- ✓ Президентские состязания

Механизм оценивания образовательных результатов

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом – это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах.

Организационно - педагогические условия реализации программы

Кадровое обеспечение программы

Педагог, владеющий следующими профессиональными и личностными качествами:

- ✓ обладает специальным спортивным - педагогическим образованием;
- ✓ хорошо знает технические особенности при выполнении заданных упражнений, владеет методикой преподавания;
- ✓ владеет навыками и приёмами организации спортивных занятий;
- ✓ знает физиологию и психологию детского возраста;
- ✓ умеет вызвать интерес к себе и к программе;
- ✓ умеет создать комфортные условия для успешного развития личности учащихся;
- ✓ умеет видеть и раскрывать творческие способности учащихся;
- ✓ систематически повышает уровень своего педагогического мастерства и уровень квалификации по специальности.

Для успешной реализации данной программы необходима заинтересованная и профессиональная работа.

Требования к квалификации, образованию, стажу работы педагога

✓ иметь высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки" или в области, соответствующей учебной дисциплине

«Физическая культура», либо высшее образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в общеобразовательной организации;

✓ без предъявления требований к стажу работы;

✓ пройти обязательный предварительный (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры (обследования), а также внеочередные медицинские осмотры (обследования) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;

✓ к педагогической деятельности не допускаются лица: лишенные права заниматься педагогической деятельностью в соответствии с вступившим в законную силу приговором суда; имеющие или имевшие судимость за преступления, состав и виды которых установлены законодательством Российской Федерации; признанные недееспособными в установленном Федеральным законом порядке; имеющие заболевания, предусмотренные установленным перечнем.

Материально-техническое обеспечение

✓ Наличие спортивного зала;

✓ Наличие спортивного инвентаря.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе являются секционные, практические занятия и соревнования. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Демонстрационный материал:

✓ таблицы стандартов физического развития физической подготовленности;

✓ плакаты методические;

✓ портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

✓ мультимедийное оборудование (экран, проектор, ноутбук);

✓ магнитофон, музыкальные диски.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование

✓ Канат для лазанья

✓ Скамейка гимнастическая жёсткая

✓ Маты гимнастические

✓ Мяч набивной (1 кг)

✓ Мяч малый (теннисный)

✓ Скакалки гимнастические

✓ Палки гимнастические

✓ Обручи гимнастические

✓ Теннисные столы

✓ Сетки для настольного тенниса

✓ Стенка гимнастическая

| | | | | | | | |
|----|---|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| 1. | Челночный бег 3 x 10 м (сек) | 9.9 | 10.2 | 9.1 | 9.7 | 8.8 | 9.3 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см) | 155 | 150 | 165 | 155 | 170 | 155 |
| 3. | Прыжки на скакалке за 15 сек (раз) | 10 | 14 | 14 | 18 | 18 | 22 |
| 4. | Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз) | 15 | 12 | 16 | 14 | 18 | 16 |
| 5. | Подтягивание на высокой перекладине (раз) | 2 | + | 3 | + | 4 | + |
| 6. | Отжимание в упоре лежа (раз) | 4 | 2 | 6 | 4 | 8 | 6 |

Методическое обеспечение

Педагогические технологии:

- 1) Технологии компетентностно – ориентированного образования (проектное обучение, портфолио, интерактивное обучение);
- 2) Информационные технологии;
- 3) Технологии развивающего обучения;
- 4) Воспитательные технологии (технология воспитания социально активной личности).

Алгоритм учебного занятия - краткая характеристика рекомендуемой структуры занятия (в соответствии с учебным планом) и его этапов:

1. Раздел (наименование раздела в соответствии с учебным планом).
2. Тема занятия (в соответствии с учебным планом).
3. Цель, задачи занятия (направлены на достижения планируемых результатов при освоении конкретной темы занятия по учебному плану).
4. Оборудование, дидактический материал необходимый для организации образовательного процесса в ходе проведения конкретного занятия.
5. Ход занятия - организационный момент, актуализация изученных знания (повторение) обзор самого занятия (с разбивкой на теорию и практику).
6. Анализ. Рефлексия.
7. Список используемой литературы, иных ресурсов для организации образовательного процесса.

Содержание программы

(72 часа, 2 часа в неделю)

Раздел 1. Знания о физической культуре. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью

Физическая культура складывается из знаний, умений и навыков. Традиционно основное внимание на занятиях уделяется умениям и навыкам. Сложнее дело обстоит со знаниями, теорией. Необходимо раскрывать учащимся подлинный смысл физической культуры как средство, гармонического развития человека, организации здорового образа жизни, укрепления здоровья, подготовка к трудовой деятельности. Следовательно, обучающимся необходимы теоретические знания, повышающие эффективность физических упражнений.

Раздел 2. Легкая атлетика

Легкая атлетика – наиболее доступный вид спорта, способствующий всестороннему физическому развитию человека, так как объединяет распространенные и жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки, метания). Систематические занятия легкоатлетическими упражнениями развивают силу, быстроту, выносливость и другие качества, необходимые человеку в повседневной жизни.

Выполнение двигательных действий:

Ходьба и бег, бег с ускорением, челночный бег, прыжки, прыжки в длину, метание мяча в цель и на дальность.

Раздел 3. Подвижные и спортивные игры

Спортивные и подвижные игры с правилами разной сложности не только развивают мышцы и делают детей сильными, ловкими и быстрыми, но и способствуют появлению важных психических и нравственных качеств. Физическое воспитание формирует самостоятельность, инициативность. Большое влияние игры оказывают на умственное развитие, ведь дети в процессе двигательной активности осмысливают сюжет, придумывают эффективную тактику действий. Проведение спортивных и подвижных игр позволяет решить 3 задачи. Одна из них – оздоровительная. Для того чтобы эта задача выполнялась, требуется правильно организовывать занятия – обязательно учитывать возрастные особенности детей, их физическую подготовленность.

I. Игры с бегом

Теория. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Разучивание считалок для выбора ведущего. ТБ при проведении подвижных игр

Практические занятия:

- ✓ Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры «Фигуры», «Медведь и пчелы», «Второй лишний», «Кот и мышь»
- ✓ Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры «У медведя во бору», «Краски», «Белые медведи», « Успей перебежать»
- ✓ Комплекс упражнений с предметами. Игры «Салки», «Удержи обруч», «Пустое место», «Лягушка»
- ✓ Комплекс упражнений в кругу. Игры «Отгадай чей голос?», «Караси и Щуки», «Гуси – лебеди», «Ловишки с приседаниями»

II. Игры с мячом

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- ✓ Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игры «Мяч по полу», «Гусеница», «Перестрелка»
- ✓ Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игры «Метко в цель», «Бегуны и метатели».
- ✓ Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игры «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей».
- ✓ Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игры «Мяч соседу», «Подвижная цель».
- ✓ Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого

пояса, работа с набивными мячами. Игры «Охотники и утки», «Передал садись»

III. Игра с прыжками

Теория. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.

Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

✓ Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игры «Прыгающие воробышки»,

«Петушинные бои», «Кенгуру»

✓ Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игры

«Удочка», «Лягушата и цапля».

✓ Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра

«Зеркало».

✓ Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

IV. Игры малой подвижности

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

✓ Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игры «Красный, зелёный», «Альпинисты», «Кто быстрее встанет в круг».

✓ Комплекс упражнений с мешочками. Игры «Разведчики», «Поезд», «Построение в шеренгу», «Карлики, великаны».

✓ Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игры «Летает – не летает», «Копна – тропинка – кочки».

V. Эстафеты

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет

Практические занятия:

✓ Беговая эстафета

✓ Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)

✓ Весёлые старты «А, ну-ка мальчики», «А, ну-ка, девочки»

✓ Эстафета "Вызов номеров"

✓ Эстафеты с прыжками

✓ Зимние эстафеты

✓ Спортивные эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий

✓ Спортивный праздник «Будь здоров»

✓ Тестирование «Президентские состязания»

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения.

✓ общеразвивающие упражнения. Без предметов (для туловища, ног, для всего тела);

✓ упражнения на снарядах (на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке);

✓ упражнения для укрепления мышц плечевого пояса;

✓ упражнения для развития силы мышц рук;

- ✓ упражнения для развития мышц брюшного пресса;
- ✓ упражнения для развития мышц спины;
- ✓ упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава;
- ✓ упражнения для развития выносливости;
- ✓ упражнения на гибкость и подвижности в суставах;
- ✓ упражнения для развития координации. Прыжки на скакалке.

Прыжки в длину с места.

Подтягивания на верхней и нижней перекладине. Отжимание в упоре лежа.

Комплекс акробатической комбинации.

Учебный план

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | |
|----|---|------------------|----------|-------|
| | | Теория | Практика | Всего |
| 1. | Знания о физической культуре. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью | 1 | 2 | 3 |
| 2. | Легкая атлетика | | 30 | 30 |
| 3. | Подвижные и спортивные игры | | 25 | 25 |
| 4. | Гимнастика с основами акробатики | | 14 | 14 |
| | ВСЕГО | 1 | 71 | 72 |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| № п/п | Режим деятельности | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Общая физическая подготовка» |
|-------|--|---|
| 1. | Начало учебного года | 01 сентября 2023 года |
| 2. | Продолжительность учебного периода на каждом году обучения | 36 учебных недель |
| 3. | Продолжительность учебной недели | 5 - 6 дней |
| 4. | Периодичность учебных занятий | 1 раз в неделю |
| 5. | Кол-во занятий в учебном году | 72 занятия |
| 6. | Кол-во часов в учебном году | 72 часа |
| 7. | Окончание учебного года | 31 мая 2024 года |
| 8. | Период реализации программы | с 01 сентября 2023 года по 31 мая 2024 года |

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;

- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

| № п/п | Название мероприятия, события | Направления воспитательной работы | Форма урока | Сроки проведения |
|--------------|---|--|--------------------|-------------------------|
| 1. | Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на уроках | Безопасность и ЗОЖ | В рамках занятий | Сентябрь |
| 2. | Игры на знакомство и командообразование | Нравственное воспитание | В рамках занятий | Сентябрь - май |
| 3. | Беседа о сохранении материальных ценностей и бережном отношении к спортивному инвентарю | Нравственное воспитание | В рамках занятий | Сентябрь-май |
| 4. | Внутригрупповые соревнования | Нравственное воспитание, трудовое воспитание | В рамках занятий | Сентябрь - май |
| 5. | Участие в конкурсах и олимпиадах | Воспитание интеллектуально-познавательных интересов | В рамках занятий | Ноябрь-май |
| 6. | Беседа о празднике «День защитника отечества» | Гражданско-патриотическое и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей | В рамках занятий | Февраль |

Список литературы

Нормативно-правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

Для педагога дополнительного образования

1. Баландин Г.А, Назарова Н.Н., Казакова Т.Н. Урок физкультуры в современной школе. Баскетбол, Советский спорт, М., 2004.

2. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 109 с., ил. – (Физкультура и здоровье).

3. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод. пособие и программа.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-208с.- (Б-ка учителя начальной школы).

4. Громова О.Е. Спортивные игры для детей – М.:ТЦ Сфера, 2002. – 128с.

5. Гуревич И.О. 300 сервновательско-игровых занятий по физическому воспитанию юнбпракт. Пособие. – 2е изд. – Мн.: Выш.шк., 1994 – 319с.

6. Детские подвижные игры. / Сост .В.И.Гришков. – Новосибирск:Новосибирское книжное издательство, 1992. – 96 с.

7. Казаков С.В. спортивные игры. Энциклопедический справочник. – Ростов н/д: Феникс, 2004. – 448с.

8. Катыгинский С.Н. Долганские национальные игры: пособие для учителя. – СПб.: филиал изд-ва «Просвещение», 2001.-40с.

9. Козырева О. В.Лечебная физкультура для дошкольников. – М.:Просвещение, 2003.-112с.

10. Красикова И.С, Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 2-е изд. – СПб.: КОРОНА принт., 2003. – 176 с.: ил.

11. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. – СПб: Издательский центр

«Учитель и ученик», 2002. – 128 с.: ил.

12. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений /С.Н.Попов, Н.М. Валеев, Т.С.Гарасева и др.; Под ред. С.Н.Попова.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.- 416 с.

13. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»- М.:ТЦ Сфера, 2003. - 144с.

14. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994. – 288 с., ил. + цв. приложения, 32 с.

15. Физическая культура. Система работы с учащимися специальных медицинских групп: рекомендации, планирование, программы/авт.-сост. А.Н.Каинов, И.Ю. Шалаева - Волгоград: Учитель, 2009. - 185 с.

16. Янсон Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии, Феникс, Ростов-на-Дону, 2000

