

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА П.НИВЕНСКОЕ»**

Калининградская область, Багратионовский район, п. Нивенское, ул. Калининградская, дом №1.
тел.(8-401)56-55-3-48; e-mail: nivenskschool57@mail.ru

Рассмотрено
на методическом совете
протокол №
от «___» мая 2025г.

Утверждаю
директор
/_____/ Г.Г.Граховская
«___» мая 2025г. Приказ №

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«СОГ-спортивно оздоровительная группа»**

Возраст детей 7 до 18 лет
Срок реализации – 9 месяцев

Автор программы:
Свечников Юрий Евгеньевич,
педагог дополнительного образования п. Нивенское

2025г

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «СОГ спортивно оздоровительная группа» (далее – Программа) физкультурно-спортивной направленности, модифицированная, разработана в соответствии: Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа является основным документом учебно-тренировочной работы на спортивно-оздоровительном этапе подготовки, обучение на русском языке, срок обучения составляет 9 месяцев для обучающихся от 7 до 18 лет.

Ведущие теоретические идеи.

Ведущей теоретической идеей, на которой базируется данная программа, является сочетание обучения спортивным и подвижным играм с воспитанием гармоничной, всесторонне развитой личности. В основе обучения лежат дидактические принципы педагогики: сознательность, активность, наглядность, систематичность, постепенность, доступность и прочность освоения знаний, принцип всестороннего развития.

Ключевые понятия

Физическая культура, здоровый образ жизни; спортивные, подвижные игры техника и тактика, физическая подготовка, спортивное мастерство, спортивная этика, психологическая подготовка.

Направленность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «СОГ» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность образовательной программы

Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей. Подвижные и спортивные игры доступны всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила увлекательной игры покоряют многих любителей.

Место для игры. Площадка для игры в волейбол, футбол, баскетбол. Две боковые и две лицевые линии ограничивают игровую площадку.

Педагогическая целесообразность

Занятия состоят из трех взаимосвязанных и в то же время относительно самостоятельных частей: а) подготовительной (разминка); б) основной; в) заключительной. Подготовительная часть обеспечивает оптимальную эластичность связок, сухожилий, мышц, подвижность звеньев двигательного аппарата и функциональное встраивание систем организма. В основной части занятия решаются следующие основные задачи: - обучение, закрепление и совершенствование техники и тактике игры, их закрепление и совершенствование; - формирование умений

применять технико-тактические действия в двусторонней игре; - развитие физических способностей. Чтобы хорошо и быстро освоить новое, особенно сложные движения, и избежать появления ошибок, рекомендуется в техническую подготовку включать подготовительные и подводящие упражнения. Эти упражнения следует выполнять перед началом освоения новых движений. Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у занимающихся проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объёмами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «СОГ», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Практическая значимость.

Практическая значимость программы по волейболу состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующей укреплению здоровья, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремлённость, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

- ☐ Принцип сознательности и активности реализуется методами убеждения и разъяснения. Понимание спортсменами целей и задач обучения - одно из условий воспитания сильных, ловких, смелых, волевых и интеллектуально развитых людей.
- ☐ Принцип всестороннего развития личности обучающихся заключается в единстве физического воспитания с умственным, нравственным и эстетическим.
- ☐ Принцип наглядности: педагог сам показывает отдельные приемы игры, пользуется наглядными пособиями (фотографии, журналы, плакаты), а также присутствует с учениками на тренировках и соревнованиях спортсменов-разрядников.
- ☐ Систематичность, то есть плавность и последовательность в обучении - решающие факторы скорейшего и правильного овладения техникой и тактикой игры.
- ☐ Систематичность занятий заключается не только в регулярности, но и в соблюдении правильной последовательности обучения. Важно использовать все подготовительные упражнения для воспитания и развития физических качеств, на основе которых приобретается спортивное мастерство.
- ☐ Принцип постепенности. Переход от простого к сложному. Освоение нового элемента должно проходить в медленном темпе с постепенным нарастанием до максимальной скорости выполнения элемента.
- ☐ Принцип доступности основан на простоте изложения теоретического и подаче практического материала. Пройденный материал должен быть освоен так, чтобы на его основе можно было продолжать занятие, изучая новое.
- ☐ Педагогические принципы индивидуализации тренировочного процесса должны предусматривать возможность перевода наиболее способных спортсменов в следующую подготовительную группу. Это позволит в наиболее короткие сроки достичь высоких результатов.

Все дидактические принципы, положенные в основу преподавания, дополняют друг друга и тем самым обеспечивают успех обучения.

Отличительные особенности программы

По уровню освоения программа имеет стартовый уровень. Программа предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Программ предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья обучающихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств. Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Цель программы:

сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игр.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умений действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств обучающихся /трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважения к людям/.

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий /УУД/.

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные тренером-преподавателем;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игр, применение

технологий, приёмов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Формы занятий: групповые, в парах, индивидуально-игровые, игровые, практические, комбинированные, соревновательные.

Характеристика возрастных особенностей детей.

Все дети школьного возраста согласно физиологической периодизации делятся на 3 возрастные группы 7 лет - конец периода первого детства; 8-11 лет (девочки) и 8-12 лет (мальчики) - период второго детства. Подростковый возраст наступает с 12 лет у девочек и с 13 лет у мальчиков. С 16 лет у девочек и с 17 лет у мальчиков начинается юношеский возраст.

В подростковом и младшем юношеском возрасте отмечаются высокие темпы роста тела в длину, увеличиваются вес, мышечная масса. С 13 до 14 лет наблюдается интенсивный рост тела - его длина увеличивается на 9-10 см, а с 14 до 15 лет - на 7-8 см.

Темпы роста длины тела резко падают к 16-17 годам. От 15 до 16 лет длина тела увеличивается на 5-6 см в год, а от 16 до 17 лет - только на 2-3 см. В старшем школьном возрасте пропорции тела приближаются к показателям взрослых. К 16 годам прекращается рост у девушек. Рост тела в длину у юношей в основном заканчивается к 18 годам. В подростковом и юношеском возрасте наблюдаются высокие темпы увеличения мышечной массы. Максимальный рост силы на 1 кг собственного веса наблюдается до 14 лет. После этого темпы роста относительной силы снижаются. Показатели относительной силы у девочек значительно уступают соответствующим показателям у мальчиков.

Поэтому в занятиях с девочками старше 13-14 лет следует строго дозировать упражнения, выполняемые с большими напряжениями.

В возрасте от 7 до 12 лет наблюдается интенсивный рост темпа движений. Быстрота и частота движений, а также способность поддерживать их максимальный темп к 14-15 годам достигают значений, близких к предельным.

Напряженная мышечная работа предъявляет высокие требования к ресурсам систем дыхания и кровообращения, и так как сердце раньше, чем скелетные мышцы достигает границ работоспособности, то именно пределы его функциональных возможностей определяют способность человека к работе большой мощности. Уровень сердечной производительности имеет важное значение в обеспечении энергетических потребностей организма, связанных с мышечной работой. В процессе развития человека ЧСС уменьшается, достигая к подростковому возрасту величин, близких к показателям взрослых. ЧСС с 85-90 уд/в мин в 7 лет снижается до 70-76 уд./мин к 14-15 годам. К 16-17 годам пульс составляет 65-75 уд./в мин, т.е. практически не отличается от ЧСС взрослых людей. При мышечной деятельности у юных спортсменов наблюдается ряд особенностей, связанных с высокими темпами возрастных морфологических и функциональных перестроек сердечно-сосудистой системы. Особенно значительны темпы развития сердечно-сосудистой системы на этапе полового созревания, когда размеры сердца, его вес и объем систолического выброса на протяжении трех-четырех лет (от 12 до 15-16 лет) увеличивается почти вдвое.

Под влиянием систематической тренировки у подростков и юношей отмечается рост показателей, характеризующих эффективность потребления кислорода. Основным источником энергетического обеспечения при напряженной мышечной работе является анаэробный обмен. Об уровне анаэробного обмена можно судить по величине кислородного долга, накоплению молочной кислоты в крови или

косвенным показателям ее концентрации. Известно, что все физические качества в многолетнем плане развиваются неравномерно. Для каждого качества имеется свой

благоприятный период. Преимущественная направленность тренировочного процесса по годам обучения определяется с учетом сенситивных периодов развития физических качеств у юных спортсменов. Вместе с тем нельзя оставлять без внимания развитие качеств, которые в данном возрасте не совершенствуются.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный.

Состав групп 15-20 человек.

Форма обучения - очная.

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом. Формирование учебных групп проводится по возрастному принципу. Состав группы – постоянный. Возможен добор детей в группы в течение учебного года. Для учащихся обучение по программе имеет минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания, что соответствует стартовому уровню.

Режим занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раз в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы (общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы; определяется содержанием и планируемыми результатами программы; характеризуется продолжительностью программы.

Объем и срок освоения программы.

Срок реализации программы – 9 месяцев

На полное освоение программы требуется 72 часа

Обучение осуществляется в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки. Физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основными техническими приёмами, выполнение контрольных нормативов по ОФП и технической подготовке.

Основные формы и методы обучения:

Основной формой работы и ведущим видом их деятельности является игра.

Разнообразие форм и средств физического воспитания позволяют научить детей не бояться мяча, перемещаясь, выходить к нему, правильно ловить, выполнять точные броски, удары по мячу и передачи одной или двумя руками, с радостью и эмоциями играть в подвижные игры с мячами – все это достижимо, если применять упражнения различной сложности выполнения. Особенный интерес вызывают у ребят элементы спортивных игр: баскетбол, футбол, волейбол, настольный теннис и т. д. Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Упражнения с мячами различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение.

Спортивные игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

В современных технологических условиях процесс обучения требует методологической адаптации с учетом новых ресурсов и их специфических особенностей.

Участие в образовательных событиях позволяет обучающимся пробовать себя в конкурсных режимах и демонстрировать успехи и достижения. При организации образовательных событий сочетаются индивидуальные и групповые формы деятельности и

творчества, разновозрастное сотрудничество, возможность «командного зачета», рефлексивная деятельность, выделяется время для отдыха, неформального общения и релаксации. У обучающихся повышается познавательная активность, раскрывается их потенциал, вырабатывается умение конструктивно взаимодействовать друг с другом.

Каждое занятие содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению этого материала. Благодаря такому подходу у обучающихся вырабатываются такие качества, как решение практических задач, умение ставить цель, планировать достижение этой цели.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в комплексе целостное занятие:

1часть - включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого обучающегося на данное занятие;

2часть – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности;

3часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов. Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе. Широко используется форма творческих занятий, которая придает смысл обучению, мотивирует обучающихся на дальнейшее развитие. Это позволяет в увлекательной и доступной форме пробудить интерес обучающихся к изучению материала.

Планируемые результаты:

В результате изучения курса программы учащиеся

Научатся:

в сфере предметных результатов

- играть в спортивные игры «Футбол», «Волейбол», «Настольный теннис», «Баскетбол» (по упрощённым правилам);

- расширение знаний истории зарождения спортивных игр;
- расширение знаний об основных элементах спортивных игр и правилах судейства;
- расширение знания простых приёмов оказания первой помощи при травмах;
- расширение знаний об условиях проведения соревнований;
- расширение знаний гигиенических требований к местам занятий, инвентарю, спортивной одежде и обуви.

в сфере **метапредметных результатов:**

- ставить цели и задачи на каждом занятии;
- планировать учебную деятельность на занятии и дома;
- осуществлять рефлексию и самоконтроль учебной деятельности;

в сфере **личностных результатов**

- оценивать личностную значимость тех или иных учебных заданий;
- контролировать процесс и личный результат учебной предметной деятельности (вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами).

Учащиеся **должны** знать:

- о способах и особенностях движений, передвижений;
- о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;

использовать речевые средства в соответствии для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

- о причинах травматизма на занятиях физкультурой и спортом.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний).

Основной показатель работы - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Формы подведения итогов реализации программы

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего тренировочного годового цикла 2 раза в год.

Результаты контрольных испытаний являются основой для перевода (отбора) в группы следующего года подготовки. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях.

Ожидаемые результаты

Повышение уровня владения мячом

Повышение интереса детей к подвижным играм

Познавательное развитие школьников в области знаний о подвижных играх с мячом.

Познавательное развитие и знакомство с историей возникновения подвижных игр, с основными правилами игр.

К концу прохождения программы дети должны:

- выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала;

- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, ловкости, силы, скорости;

- тестирование: метание набивного мяча (1 кг.) на дальность;

- тестирование: челночный бег 3х10м, подтягивание, отжимание;

- тестирование: пресс за 30 сек. (кол.раз), бег 30м., 500м, 1000м.

Учащиеся научатся:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

- использовать компьютерные технологии для решения информационных и учебных задач, в том числе: докладов, рефератов, создание презентаций и др.;

- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.

1. Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы

2. Помещение для занятий, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям (баскетбольная площадка, оборудованный зал).

3. Оборудование (шведская стенка, гимнастические скамейки, баскетбольное кольцо, футбольные ворота, волейбольная сетка, теннисный стол, ракетки, мячи).

4. Инвентарь (набивные и баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи, скакалки, гимнастические палки, гимнастический козел, скамейки, маты, настольные игры).

5. Учебно-методическая литература (учебники, пособия, журналы по баскетболу, методические разработки составителя данной программы).

6. Наглядные пособия (фотографии, плакаты).

7. Наполняемость / сохранность учебных групп.

8. Регулярность посещения обучающихся занятий.

обратная связь с обучающимися и родителями.

Для успешного освоения программного материала учащимся большое значение имеет общая физическая подготовка, основы которой закладываются на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Уровневая дифференциация образовательной программы

Каждый обучающийся имеет доступ к любому из уровней, что определяется его стартовой готовностью к освоению образовательной программы, а материал образовательной программы, учитываться особенностью обучающихся, которые испытывают объективные сложности при освоении образовательной программы.

Вводный уровень программы: обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет. Срок освоения программы составляет 10 часов. Результатом обучения является освоение обучающимися образовательной программы и переход на ознакомительный уровень не менее 20% обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе.

Ознакомительный уровень программы: обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет. Срок освоения программы составляет не менее 3 месяцев, время обучения – 2 часа в неделю. Результатом обучения является освоение обучающимися образовательной программы и переход на базовый уровень не менее 25% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам.

Базовый уровень программы: обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет, осваивающие программу начального общего образования. Срок освоения программы составляет 1 год, время обучения – 2 часа.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья; формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний).

Основной показатель работы - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Оценочные материалы.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения.

Программа предусматривает зачетные занятия по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Основные показатели работы: стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных физических и технических показателей по выполнению программных требований (контрольных испытаний).

Формы аттестации

Для определения результативности освоения программы разработана форма аттестации, фиксации и демонстрации результатов обучающихся, которые отражают достижения цели и задачи программы:

Форма аттестации/контроля	Форма отслеживания и фиксации образовательных ресурсов	Форма предъявления и демонстрации образовательных ресурсов
Опрос	Журнал посещаемости групповых занятий	Соревнования
Сдача нормативов	Портфолио, фотов соц.сети, отзывы детей, родителей.	Открытые занятия, товарищеские встречи

Важнейшей функцией управления образовательным процессом является **контроль** за эффективностью подготовки обучающихся на каждом году обучения. Качество учебно-воспитательного процесса отслеживается по следующим показателям:

посещение занятий воспитанниками; диагностика уровня обученности, развития и воспитанности (1 раз в год); участие обучающихся в соревнованиях и других массовых мероприятиях. Диагностика включает в себя контроль, проверку, накопление знаний.

Формы диагностики: тестирование, зачёт, учебные соревнования, контрольные упражнения, анкетирование, беседа.

Формы контроля: вводный, текущий, итоговый.

Содержание учебной программы

9 месяцев (72 часа, 2 часа в неделю)

Раздел I. Теоретические занятия

1.1. Физическая культура как составная часть культуры, одного из важных средств воспитания.

1.2. Физические упражнения, как средство укрепления здоровья.

1.3. Физические упражнения, как средство развития физических качеств силы, скорости, ловкости, выносливости)

II. Практические занятия.

1. Общая физическая подготовка.

1.1. Легкоатлетические упражнения: бег, прыжки, метание.

1.2. Упражнения спортивной гимнастики: подтягивание, отжимание, махи, раскачивание.

1.3. Упражнения акробатики: кувырки, прыжки, перевороты, перекаты и т.д.

1.4. Подвижные игры, эстафеты.

1.5. Элементы игровых видов спорта: футбол, волейбол, баскетбол, н/теннис.

2. Специальная физическая подготовка.

2.1. Упражнения способствующие развитию скоростно - силовых качеств.

2.2. Упражнения способствующие развитию быстроты движений.

2.3. Упражнения способствующие развитию специальной ловкости.

2.4. Упражнения способствующие развитию специальной выносливости.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

количество учебных недель – 36;

количество учебных дней – 72 (2 часа в неделю);

продолжительность каникул - июнь – август;

даты начала и окончания учебных периодов/этапов –сентябрь/май

Учебный план

№	Тема занятия	Форма организации деятельности	Кол-во часов	теория	практика
1.	Введение в предмет. Правила ТБ.	Теоретическое занятие	1	История происхождения игр с мячом. Влияние ФК на Здоровье человека	
2	Индивидуальные упражнения с мячом.	Практическое занятие	2		Развитие чувства мяча. Подвижная игра «Гонка мячей в колоннах»
3	Эстафеты с мячом.	Практические занятие	2		Подвижная игра «Снайперы», «Меткие броски»
4	Подвижная игра «Бросай – поймаю», «Мяч капитану».	Практическое занятие	3		Индивидуальные упражнения с большим и малым мячом у стены, упражнения в парах. Подвижная игра «Бросай – поймаю», «Мяч капитану».
5	ОФП (общая физическая подготовка)	Практическое занятие	6		ОФП (общая физическая подготовка)
6	Подвижные игры, эстафеты. Упражнения с малыми мячами.	Практическое занятие	3		Подвижные игры, эстафеты. Упражнения с малыми мячами.
7	Упражнение с мячом Подвижная игра	Практическое занятие	3		Упражнение с мячом с перемещением. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу».
8	Основы игры «Пионербол».	Практическое занятие	3		Основы игры «Пионербол». Упражнения с мячом в группах через сетку.
9	История появления волейбола как игры.	Теоретическое занятие	2	История появления волейбола как игры.	
10	Передача мяча через сетку. Подвижная игра «Мяч через	Практическое занятие	3		Передача мяча через сетку. Подвижная игра «Мяч через сетку»

	сетку»				
11	Метание мяча. Подвижная игра «Лапта»	Практическое занятие	3		Метание мяча. Подвижная игра «Лапта»
12	Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Подвижная игра «Меткий стрелок»	Практическое занятие	3		Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Подвижная игра «Меткий стрелок»
13	Игра футбол.	Практическое занятие	3		Игра футбол. Обучение ведению мяча. Техника владения мяча.
14	История появления футбола как игры.	Теоретическое занятие	2	История появления футбола как игры	
15	Техника владения мяча.	Практическое занятие	3		Обучение остановке мяча. Техника владения мяча.
16	Техника владения мяча. Подвижные игры. Эстафеты	Практическое занятие	3		Обучение ударам по мячу ногой. Техника владения мяча. Подвижные игры. Эстафеты
17	Игра баскетбол: Подвижные игры. Эстафеты	Практическое занятие	3		Игра баскетбол: Обучение ловли и передаче мяча: Двумя руками от груди. Подвижные игры. Эстафеты
18	История появления баскетбола как игры.	Теоретическое занятие	2	История появления баскетбола как игры.	
19	Подвижные игры. Эстафеты	Практическое занятие	3		Обучение ведению мяча: с изменением направления и скорости. Подвижные игры. Эстафеты
20	Обучение броскам мяча в кольцо. Подвижные игры. Эстафеты	Практическое занятие	3		Обучение броскам мяча в кольцо. Подвижные игры. Эстафеты
21	Организация и проведение соревнований. Работа судьи – секретаря на соревнованиях	Теоретическое занятие	1	Организация и проведение соревнований. Работа судьи – секретаря на соревнованиях	
22	Соревнования по «Подвижным	Практическое занятие	2		Соревнования по «Подвижным играм»

	играм»				
23	Соревнования по «Пионерболу»	Практическое занятие	2		Соревнования по «Пионерболу»
24	Соревнования по «Футболу»	Практическое занятие	2		Соревнования по «Футболу»
25	Соревнования по «Баскетболу»	Практическое занятие	2		Соревнования по «Баскетболу»
26	Соревнование по настольному теннису	Практическое занятие	2		Соревнование по настольному теннису
27	Тестирование пройденного материала	Тестирование	5	Организация и проведение соревнований. Работа судьи – секретаря на соревнованиях	Тестирование пройденного материала
			72	8	64

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1-2	Сентябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры. Индивидуальные упражнения с мячом.	Спортивный зал Спортивная площадка
3-4	Сентябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Развитие чувства мяча. подвижные игры. Прыжки и многоскоки.	Спортивный зал Спортивная площадка
5-6	Сентябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Подвижная игра «Гонка мячей в колоннах».	Спортивный зал Спортивная площадка
7-8	Сентябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Бег с преодолением препятствий. Эстафеты с мячом	Спортивный зал Спортивная площадка
9-10	Октябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Развитие ловкости. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Подвижная игра «Меткие броски»	Спортивный зал Спортивная площадка

11 12	Октябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Воспитывать решительность и смелость. Подвижные игры: «Пятнашки», «Мяч соседу». Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (руки на повышенной опоре).	Спортивный зал Спортивная площадка
13 14	Октябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (руки на повышенной опоре).	Спортивный зал Спортивная площадка
15 16	Октябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Упражнения с малыми мячами. «Передача мяча в колоннах». Развитие скоростно-силовых качеств. Челночный бег 3х10. Бег с преодолением препятствий. Эстафеты. Воспитывать решительность и смелость.	Спортивный зал Спортивная площадка
17- 18	Ноябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Основы игры «Пионербол». Упражнения с мячом в группах через сетку.	Спортивный зал
19 20	Ноябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Упражнения с мячом в группах через сетку. Обучение перемещений в волейбольной стойке.	Спортивный зал
21 22	Ноябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Обучение передачи мяча сверху двумя руками, передача над собой. Подвижные игры.	Спортивный зал
23 24	Ноябрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Обучение передачи мяча сверху двумя руками, передача над собой. Подвижные игры.	Спортивный зал
25 26	Декабрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Метание малого мяча на дальность и в цель. Подвижная игра «Лапта». Подвижная игра «Меткий стрелок»	Спортивный зал

27 28	Декабрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Подвижная игра «Лапта». Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Подвижная игра «Меткий стрелок»	Спортивный зал
29 30	Декабрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	История игры футбол. Обучение ведению мяча. Техника владения мяча. Эстафеты с мячом.	Спортивный зал
31 32	Декабрь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Выполнение ведения футбольного мяча. Техника владения футбольным мячом. Эстафеты с мячом.	Спортивный зал
33 34	Январь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Обучение остановке мяча. Техника владения мяча. Игра футбол Подвижная игра «Мяч капитану»	Спортивный зал
35 36	Январь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Обучение ударам по мячу ногой. Техника владения мяча. Эстафеты. Подвижная игра «Мяч капитану»	Спортивный зал
37 38	Январь		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Техника владения мяча. Эстафеты. Обучение ударам по воротам.	Спортивный зал
39 40	Февраль		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	История игры футбол. Обучение ведению мяча. Техника владения мяча.	Спортивный зал
41 42	Февраль		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Выбивание и отбор мяча. Техника владения мяча. Игра футбол	Спортивный зал
43 44	Февраль		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Техника владения мяча. Игра «Попади мячом в цель». Игра футбол	Спортивный зал
45 46	Февраль		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	История появления баскетбола как игры. Терминология спортивной игры.	Спортивный зал

47 48	Февраль		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении. Игра «Салки с ведением». Ведение мяча в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Эстафеты с ведением.	Спортивный зал
49 50	Март		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Броски одной и двумя руками с места. Игра «Борьба за мяч»	Спортивный зал
51 52	Март		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Тестирование пройденного материала: Ловля и передача двумя руками от груди в парах (расстояние 3м)	Спортивный зал Спортивная площадка
53 54	Март		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Тестирование пройденного материала: Броски баскетбольного мяча одной, двумя руками с места.	Спортивный зал Спортивная площадка
55 56	Апрель		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Соревнования по «Подвижным играм» «Лепта» Соревнования по «Подвижным играм» «Перестрелка»	Спортивный зал Спортивная площадка
57 58	Апрель		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Воспитывать сдержанность, нравственное благородство к побежденному.	Спортивный зал Спортивная площадка
59 60	Апрель		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Соревнование в эстафетах. Помощь в измерении результатов;	Спортивный зал Спортивная площадка
61 62	Апрель		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Помощь в проведении зачетных упражнений Соревнования по «Баскетболу»	Спортивный зал Спортивная площадка
63 64	Апрель		14.00-14.45	Рассказ, беседа, практическая работа	2	Соревнования по «Баскетболу» «Подвижные игры» «Перестрелка»	Спортивный зал Спортивная площадка

65 66	Май		14.00-14.45	Практическая работа	2	Воспитывать решительность и смелость. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры.	Спортивный зал Спортивная площадка
67 68	Май		14.00-14.45	Рассказ	2	Организация и проведение соревнований. Работа судьи – секретаря на соревнованиях	Спортивный зал Спортивная площадка
69 70	Май		14.00-14.45	практическая работа	2	Тестирование: бег 500м. 1000м. Тестирование: челночный бег 3х10м, подтягивание, отжимание	Спортивный зал Спортивная площадка
71 72	Май		14.00-14.45	практическая работа	2	Тестирование: челночный бег 3х10м, подтягивание, отжимание Тестирование: пресс за 30 сек. (кол.раз), бег 30м.	Спортивный зал Спортивная площадка

Рабочая программа воспитания содержит:

- цель и особенности организуемого воспитательного процесса;
- формы и содержание деятельности (конкретное практическое наполнение различных видов и форм деятельности., организационная оболочка деятельности, виды и формы индивидуальной или совместной с детьми деятельности, для достижения цели воспитания (ролевая игра или игра по станциям, беседа или дискуссия, поход выходного дня, трудовой десант и т.п.). – планируемые результаты и формы их проявления;
- календарный план воспитательной работы, разрабатываемый в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирующий ее применительно к текущему учебному году перечень конкретных дел, событий, мероприятий воспитательной направленности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

Гражданско-патриотическое – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

Нравственное и духовное воспитание – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

Воспитание положительного отношения к труду и творчеству – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Интеллектуальное воспитание – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

Здоровье сберегающее воспитание – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

Социокультурное и медиа культурное воспитание – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная

агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Правовое воспитание и культура безопасности – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

Воспитание семейных ценностей – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Формирование коммуникативной культуры – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Экологическое воспитание – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

Художественно-эстетическое воспитание – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	Дружба	Беседа о дружбе	Сентябрь-октябрь
2	Новый год	Новогодний сувенир	Декабрь январь
3	Защитник отечества	Рисуем героя	февраль
4	Женщина-мать	Конкурс рисунков «Мама»	Март-апрель
5	День Победы	Конкурс рисунков «ПОБЕДА»	Май

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.

1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Игры, уроки, соревнования	Формирование культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности, развитие физических способностей с Учётом возможностей и состояния здоровья,	Сохранение физического и психического здоровья	В течении года	Зам. директора по УВР, педагог организатор
---	---	---------------------------	---	--	----------------	--

2	День ГТО – норма жизни»	соревнования	навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;		февраль	Зам. директора по УВР, педагог-организатор
---	-------------------------	--------------	---	--	---------	--

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 проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командное образование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к природе	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль

7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
----	------------------------------	--	------------------	------

Список литературы, который может быть составлен для разных участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей) и включать в себя перечень печатных и электронных источников, интернетресурсов.

Наглядно-методический материал:

- ✓ Диагностические методики и контрольные нормативы по ОФП
- ✓ Учебно-методическая литература;
- ✓ Наглядные пособия (фотографии, видеоматериалы).

Мотивационные условия

На учебных занятиях и массовых мероприятиях особое место уделяется формированию мотивации учащихся к занятию дополнительным образованием.

Для этого:

- удовлетворяются разнообразные потребности учащихся: в создании комфортного психологического климата, в отдыхе, общении и защите, принадлежности к детскому объединению, в самовыражении, творческой самореализации, в признании и успехе;
- дети включаются в разнообразные виды деятельности (игровая, соревновательная, культурно-досуговая и т. д.), в соответствии с их индивидуальными склонностями и потребностями, а также возрастными особенностями и уровнем сохранности здоровья;
- учащиеся вовлекаются в процесс самостоятельного поиска и «открытия» новых знаний через проведение подвижных игр, соревнований.
- на занятиях решаются задачи проблемного характера посредством включения в проектную деятельность;
- применяются разнообразные формы проведения занятий и выездных мероприятий: экскурсия, выездные мастер-классы, социальные акции, форумы, профессиональные пробы и т.д.;
- совместно с педагогом разрабатывается индивидуальная образовательная траектория (индивидуальный образовательный маршрут),
- создается ситуация выбора образовательного модуля;
- проводятся профессиональные пробы и другие мероприятия, способствующие профессиональному самоопределению учащихся.

Методическое обеспечение

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей. Форму занятий можно определить как самостоятельную, групповую, индивидуальную деятельности детей.

Методика реализации данной программы основывается на личностно-ориентированном и компетентностном подходах. Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть обеспечивается наличием всех необходимых для работы материалов, инвентаря. Теоретическая часть представляет собой необходимый объем информации по заданной теме. Практическая часть осуществляется при наличии оборудования и площадки.

Согласно основным идеям и положениям ФГОС второго поколения, основной подход, используемый при обучении, системно-деятельностный, личностно-ориентированный. Обязательным требованием является формирование у учащихся понимания предметного содержания деятельности, а также формирование навыков самооценки и самоконтроля.

Информационное обеспечение программы

Интернет-ресурсы

<https://nsportal.ru/>, <https://infourok.ru/http://kopilkaurokov.ru>

Список литературы

1. Твой олимпийский учебник. В.С. Родиченко. Москва, 2009 г.
2. Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2016 г.
3. Школа физкультминуток 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2015
4. Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселева.- Волгоград: Учитель, 2011.-251 с.
5. Твой олимпийский учебник. В.С. Родиченко. Москва, 2009г.
6. Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2016 г.
7. Школа физкультминуток 1-4 классы. Ковалько В.И., Москва: «ВАКО», 2015 г.
8. Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселева.- Волгоград: Учитель, 2011.-251 с. • Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно – оздоровительная работа в школе: Метод. Пособие. – М., 2003.
9. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М., 1998.
10. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. –М.,1999.
11. Арестов Ю.М. Выжгин В.А. Спортивные игры: учебное пособие для вузов – М.,1980.
12. Белов С. Баскетбол. Броски по кольцу./Журнал «Физкультура в школе» -1990г. №6, 7 – с. 17-18.

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».
4. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 8 мая 2024 г. № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении осуществления образовательной деятельности общеобразовательным программам».
8. 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».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении дополнительного образования детей до 2030 года».
10. Приказ Министерства образования 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.

Информационное обеспечение для родителей

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

4. Требованиями СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

Информационное обеспечение для обучающихся:

1. Азбука спорта. Костикова Л.В. – М.: ФиС, 2001

2. Бойко В. В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 144 с.

3. Сборник упражнений для развития физических кондиций в баскетболе. Грег Бриттенхэм

4. Современная подготовка юных спортсменов. Методическое пособие. Никитушкин В.Г. - М., 2009 .

Интернет-ресурсы:

1. http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

2. <http://spo.1september.ru/urok/>

3. <http://www.fizkult-ura.ru/>

4. http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.html

5. <http://doshkolnik.ru>

Рабочая программа воспитания содержит:

- цель и особенности организуемого воспитательного процесса;
- формы и содержание деятельности (конкретное практическое наполнение различных видов и форм деятельности., организационная оболочка деятельности, виды и формы индивидуальной или совместной с детьми деятельности, для достижения цели воспитания
- планируемые результаты и формы их проявления;
- календарный план воспитательной работы, разрабатываемый в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирующий ее применительно к текущему учебному году перечень конкретных дел, событий, мероприятий воспитательной направленности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

Гражданско-патриотическое – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

Нравственное и духовное воспитание – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

Воспитание положительного отношения к труду и творчеству – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Интеллектуальное воспитание – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

Здоровье сберегающее воспитание – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

Социокультурное и медиа культурное воспитание – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие»,

«социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Правовое воспитание и культура безопасности – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

Воспитание семейных ценностей – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Формирование коммуникативной культуры – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Экологическое воспитание – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

Художественно-эстетическое воспитание – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	Дружба	Беседа о дружбе	Сентябрь-октябрь
2	Новый год	Матчевый турнир	Декабрь-январь
3	Защитник отечества	Рисуем героя	февраль
4	Женщина-мать	Конкурс рисунков «Мама»	Март-апрель
5	День Победы	Участие в мероприятиях, посвященных «Дню Победы»	Май

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.

1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Игры, уроки, соревнования	Формирование культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности, развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;	Сохранение физического и психического здоровья	В течении года	Зам. директора по УВР, педагог организатор
2	День ГТО – норма жизни»	соревнования			февраль	Зам. директора по УВР, педагог организатор

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 проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и команд образование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к природе	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь май
5.	Участие в конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь май

6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март

Список литературы, который может быть составлен для разных участников образовательного процесса (педагогов, обучающихся, родителей) и включать в себя перечень печатных и электронных источников, интернетресурсов.

Наглядно-методический материал:

- ✓ Диагностические методики и контрольные нормативы по ОФП
- ✓ Учебно-методическая литература;
- ✓ Наглядные пособия (фотографии, видеоматериалы).

Мотивационные условия

На учебных занятиях и массовых мероприятиях особое место уделяется формированию мотивации учащихся к занятию дополнительным образованием.

Для этого:

- удовлетворяются разнообразные потребности учащихся: в создании комфортного психологического климата, в отдыхе, общении и защите, принадлежности к детскому объединению, в самовыражении, творческой самореализации, в признании и успехе;
- дети включаются в разнообразные виды деятельности (игровая, соревновательная, культурно-досуговая и т. д.), в соответствии с их индивидуальными склонностями и потребностями, а также возрастными особенностями и уровнем сохранности здоровья;
- учащиеся вовлекаются в процесс самостоятельного поиска и «открытия» новых знаний через проведение подвижных игр, соревнований.
- на занятиях решаются задачи проблемного характера посредством включения в проектную деятельность;
- применяются разнообразные формы проведения занятий и выездных мероприятий: экскурсия, выездные мастер-классы, социальные акции, форумы, профессиональные пробы и т.д.;
- совместно с педагогом разрабатывается индивидуальная образовательная траектория (индивидуальный образовательный маршрут),
- создается ситуация выбора образовательного модуля;
- проводятся профессиональные пробы и другие мероприятия, способствующие профессиональному самоопределению учащихся.

Методическое обеспечение

Подготовка юного волейболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально - волевой.

Основополагающие принципы:

□ Комплексность – предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля).

□ Преемственность – определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико - тактической подготовленности.

□ Вариативность – предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются воспитанниками в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые

требования в плане овладения основой структурой технического и тактического приема. В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно физическую подготовку: общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие осуществляется работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса (с 01 сентября по 31 мая).

Все упражнения делятся на

общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные.

1.Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма.

2. Подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений. В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям.

Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и в заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом.

В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических

умений. Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования. При проведении занятий используются объяснения, показ, закрепление (отработка навыков), использование отработанных элементов в игровых ситуациях.

Для реализации программы необходимо иметь:

- светлое просторное помещение;
- в спортивном зале должна осуществляться влажная уборка;
- в наличии медицинская аптечка с медикаментами для оказания первой доврачебной помощи.

Материально-техническое обеспечение программы:

- спортивный зал 18х9 м;
- сетка волейбольная – 2 шт.
- стойки волейбольные – 2 шт.
- волейбольные мячи – 20 шт.
- гимнастическая стенка – 1 шт.
- гимнастические скамейки – 4 шт.
- гимнастические маты – 6 шт.
- скакалки – 15 шт.
- мячи набивные (масса 1 кг) – 10 шт.
- рулетка – 1 шт.

Дидактическое обеспечение программы:

- картотека упражнений по волейболу (карточки);
- картотека ОРУ для разминки;
- схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе;
- электронное приложение «Энциклопедия спорта»;
- «Правила игры в волейбол»;
- «Правила судейства в волейболе».

Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется тренерами-преподавателями дополнительного образования в рамках их обязанностей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Суханов А.В, Фомин Е.В, Булыкина Л.В. Прыгучесть и прыжковая подготовка волейболиста. Методическое пособие Москва 2012 г.
 2. Булыкина Л.В, Фомин Е.В, Волейбол (начальное обучение) «Спорт» 2015 г.
 3. Волейбол: программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮСШОР. Москва. «Советский спорт» 2005 г.
 4. Волейбол без компромиссов. Воронеж 2001 г.
 5. А.В. Беляев, М.В. Савин. Волейбол. Учебник для институтов и академий физической культуры. Москва. «Физкультура, образование и наука». 2000 г.
 6. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова Спортивные игры. Учебник для вузов. Москва. Изд. Центр Академия. Том 1, том 2. 2002, 2004 г
 7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно – оздоровительная работа в школе: Метод. Пособие. – М., 2003.
- Дополнительная:
- 1. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин – М.: Физкультура и спорт., 1978.
 - 2. Дворник Л. С. Использование отягощений на тренировках / Л. С. Дворник – М.: Физкультура и спорт, 1995.

- 3. Железняк Ю. Д. Педагогическое физкультурно – спортивное совершенствование: Учебное пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений / Ю. Д. Железняк – М.: 2002.
- 4. Ильинич В. И. Физическая культура студента / В. И Ильинич – М.: 2000.
- 5.. Киселёв П. А. Справочник учителя физической культуры / П. А. Киселёв – Волгоград: Учитель, 2009.
- **Интернет – ресурсы**
- http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть
творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
- <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
- <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
- <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.