

**Управление по делам образования и здравоохранения Администрации Курского района  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ноздрачевская средняя общеобразовательная школа»  
Курского района Курской области**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей

гуманитарного цикла

Протокол № 01 от 30.08. 2023 г.

Руководитель МО

 /Лаврова Т.Д./

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета

Протокол № 01 от 30.08.2023 г.

Председатель педагогического совета

 /Бильдина Н.С./

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 01-332 от 31.08. 2023 г.

Директор школы



 /Тинькова А.В./

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**Стартовый уровень**

Возраст учащихся – 11-17 лет

Объем – 72 часа

Срок реализации – 1 год

Составитель: педагог дополнительного образования  
Машошин Максим Сергеевич

**Курск– 2023**

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа спортивно-оздоровительной направленности, направлена на изучение спортивной деятельности. Квалификация педагога соответствует профилю программы (учитель физической культуры).

Занятия физической культурой и спортом способствуют воспитанию необходимых черт личности, моральных и физических качеств, логического мышления, воображения, а также развитию волевых качеств (целеустремленности, инициативности, дисциплинированности, терпения, умения доводить работу до конца), формированию у занимающихся положительных эмоций.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 11 до 17 лет, проявляющих интерес к физической культуре. Набор учащихся в объединение – свободный.

Особенность обучения по программе заключается в том, что программа предусматривает возрастные и психологические особенности детей: для детей младшего возраста предусматриваются более легкие и не слишком сложные упражнения. Дети среднего возраста выполняют более усложненные действия, требующие большей физической подготовки.

В рассматриваемый период интенсивно происходит развитие самосознания. Это выражается, прежде всего, в возникновении чувства взрослости. Сущность его состоит в том, что подросток испытывает огромное стремление к самоутверждению себя как личности равной взрослому, требует, чтобы с ним считались, уважали его мнение. Ощущая себя взрослым, школьник стремится отмежеваться от всего, что кажется ему детским.

Характерной чертой ребенка данного возраста можно назвать его специфическую селективность: интересные дела или интересные занятия являются очень увлекательными для ребят, поэтому теперь они могут довольно долго сосредотачиваться на чём-то одном. Организация процесса учебы и воспитания должна быть таковой, чтобы у подростка не было возможности, времени или желания отвлекаться от учебного процесса на посторонние дела.

**Срок реализации** программы 1 год - 198 часа – 6 часов в неделю

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726 - р);
- Письма Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06 – 1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации

Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996 – р;

- Федеральных требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, утвержденные приказом Минобрнауки от 28 декабря 2010 г. № 2106;

- «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич - М.: Просвещение, 2014)

- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.

- Методических рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ;

- Устава МБОУ «Ноздрачевская средняя общеобразовательная школа» Курского района Курской области

- Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года №196

Программа клуба основана на принципах последовательности, наглядности, целесообразности и тесной связи с жизнью. Физическая культура помогает учащимся познавать окружающий мир, приучает анализировать виды деятельности, развивает зрительную и мышечную память, пространственное мышление и способность к образному мышлению, укрепляет системы организма и вырабатывает способность противостоять стрессовым ситуациям.

Данная программа опирается на возрастные особенности детей, особенности их физического развития.

Занятия построены так, что знакомство с разными видами двигательной активности выводит учащихся за привычные рамки занятиями физической культуры. На каждом занятии даётся подробное объяснение техники выполнения упражнений и действий, а также и образец выполняемого движения.

При этом у учащихся есть возможность не просто скопировать, повторить образец, но и выразить своё видение данного движения, исходя из собственных наблюдений и воображения.

Тип программы:

общеразвивающая программа по физической культуре.

Формы занятий.

*Форма обучения:* очная.

Группы формируются из детей с учетом возраста, индивидуальных способностей. Набор учащихся производится в начале учебного года по желанию детей и их родителей. Формами организации познавательной

деятельности на занятиях является: фронтальная, групповая, индивидуальная. Фронтальная - одно и то же задание выполняют все занимающиеся.

Индивидуальная - обучающемуся дается самостоятельное задание с учётом его возможностей.

Групповая - разделение на мини группы для выполнения определенной работы.

### ***Ведущие формы проведения занятий***

**занятие-игра-** игровые упражнения с целью изучения и закрепления теоретического материала.

**соревнования-** это выполнение физических упражнений в форме соревнований, что позволяет: стимулировать максимальное проявление двигательных способностей и выявлять уровень их развития; выявлять и оценивать качество владения двигательными действиями; обеспечивать максимальную физическую нагрузку.

**творческое занятие-** свобода и экспериментирование, под наблюдением преподавателя, в выборе упражнений для разминок, при выполнении двигательной деятельности по замыслу учителя.

Программа составлена для обучающихся 5-11 классов школы на 1 год обучения (198 часа).

### ***Актуальность программы***

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Строго объективных критериев, дифференцирующих понятия «болезнь» и «здоровья», пока нет. Существует более 300 определений здоровья. В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения здоровье определяется как состояние «полного физического, психического и социального благополучия», а не только как отсутствие болезней и физических недостатков.

Представление о здоровье как триединстве здоровья физического (соматического), психического и духовно – нравственного отражает невозможность сохранить и укрепить здоровье, заботясь только о физическом или только духовном благополучии, необходимость комплексного подхода. «Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия – постоянные, и значит заменить их ничем нельзя» (Н.Амосов). Лекарства не помогут, если сам человек нарушает нормы здорового образа жизни (ЗОЖ).

Одна из задач педагогов – формирование у школьников системы знаний и убеждений, обеспечивающих духовное отношение к себе, к своему здоровью, к окружающему миру.

В основу программы спортивного клуба положены принципы:

– актуальности. Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией;

– доступности. В соответствии с этим принципом школьникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, который предполагает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.

– положительного ориентирования. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения;

– последовательности. Он предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе его осуществления;

– системности определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;

– сознательности и активности направлен на повышение активности учащихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

Просветительская и мотивационная работа, ориентированная на здоровый образ жизни, направлена на формирование у школьников представления о человеке как о главной ценности общества. Она формирует элементарные представления ребёнка о себе самом, о функциях своего собственного организма, детям даются начальные представления о здоровье, основных способах закаливания организма, о способах укрепления здоровья средствами физической культуры и спорта.

Цель: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи программы:

**Обучающие** (связаны с овладением детьми основами двигательной деятельности):

- обучить основам базовых видов двигательных действий;
- формирование устойчивого интереса к физической культуре,
- сформировать основы знаний о личной гигиене о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, о развитии волевых и нравственных качеств;
- познакомить учащихся со значением физической культуры и спорта в жизни человека;
- содействовать гармоничному физическому развитию, закреплению навыков правильной осанки, развитию устойчивости организма к неблагоприятным условиям вне

шней среды, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены.

**Развивающие** (связаны с совершенствованием общих способностей обучающихся и приобретением детьми общеучебных умений и навыков, обеспечивающих освоение содержания программы):

- Развитие основных двигательных качеств: сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость.
- развитие воображения;
- развитие способности видеть и понимать сложные действия;
- улучшение моторики, пластичности, гибкости и точности глазомера;
- формирование организационно-управленческих умений и навыков (планировать свою деятельность; определять её проблемы и их причины; содержать в порядке своё рабочее место);
- развитие коммуникативных умений и навыков, обеспечивающих совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение (адекватно оценивать свои достижения и достижения других, оказывать помощь другим, разрешать конфликтные ситуации).

**Воспитательные:** (связаны с развитием личностных качеств, содействующих освоению содержания программы; выражаются через отношение ребёнка к обществу, другим людям, самому себе):

- Формирование привычки и устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- Формирование организаторских навыков, подготовка общественного физкультурного актива, т.е. включение в активную физкультурную и спортивную деятельность;
- воспитание смелости, честности, настойчивости;
- воспитание патриота своей страны.

### **Место в учебном плане**

Программа адресована обучающимся 5-11 классов, обучающихся по ФГОС ООО. Согласно годовому календарному графику 198 часов в год согласно годовому календарному графику.

### ***Планируемые результаты и способы их проверки***

В результате реализации программы предполагается достижение определённого уровня физического развития (показателей) детей. Дети будут знать специальную терминологию, получат представление о видах двигательных действий, научатся обращаться с основным инвентарем физической культуры.

*К концу обучения дети будут знать:*

- иметь представление о многообразии физических упражнений;
- признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

- основные правила многих видов спорта;
- исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- основные виды спорта;
- общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности

#### **Уметь:**

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

В процессе обучения детей по данной программе отслеживаются три вида результатов:

- текущие (цель – выявление ошибок и успехов в работе обучающихся);
- промежуточные (проверяется уровень освоения детьми программы за полугодие);

- итоговые (определяется уровень знаний, умений, навыков по освоению программы)
- за весь учебный год и по окончании всего курса обучения).

Выявление достигнутых результатов осуществляется:

- через механизм тестирования (устный фронтальный опрос по отдельным темам пройденного материала);
- через сдачу нормативов физического развития.
- Отслеживание личностного развития детей осуществляется методом наблюдения и фиксируется в рабочей тетради педагога



## Учебный план

№ п/п	Раздел программы	Количество часов			Формы контроля\а ттестации
		всего	теория	практи ка	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ в спортивном зале; при занятиях со спортивным инвентарем.	2	1	1	Беседа, работа с инвентарем
2.	ОРУ. Специально-беговые упражнения.	8	2	6	Беседа, выполнение физических упражнений
3.	Бег, кроссовая подготовка, СБУ, ОРУ с предметами и без.	8	2	6	Беседа, выполнение физических упражнений
4.	ОРУ на месте и в движении Упражнения с отягощением (стоя, сидя, лежа). Упражнения на развитие силы, общей выносливости, скоростно-силовых качеств	8	2	6	Беседа, выполнение физических упражнений
5.	Упражнения стоя	4	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений
6.	Упражнения сидя	4	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений

7.	Упражнения в упоре.	4	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений
8.	Шпагаты	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
9.	Занятия в парах	4	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений
10.	Эстафеты с использованием гимнастического инвентаря	4	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений
11.	Специальная физическая подготовка. Упражнения на тренажерах	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
12.	Бег на длинные дистанции.	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
13.	Попеременный двухшажный ход.	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
14.	Одновременный бесшажный ход.	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений

15.	Поворот переступанием	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
16.	Одновременный двухшажный и бесшажный ходы.	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
17.	Спуски и подъемы.	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
18.	Торможение «плугом»	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
19.	Прохождение дистанции 1 км	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
20.	Прохождение дистанции 1,5 км	3	1	2	Беседа, выполнение физических упражнений
21.	Одновременный бесшажный ход.	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
22.	Поворот переступанием	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений

23.	Одновременный двухшажный и бесшажный ходы.	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
24.	Туристское снаряжение	2	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений
25.	Знание туристского снаряжения	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
26.	Топографическая подготовка	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
27.	Техническая подготовка	2	1	1	Беседа, выполнение физических упражнений
28.	Ориентирование в различных погодных условиях	2	1	3	Беседа, выполнение физических упражнений
29.	Техника безопасности при игре в волейбол. Передвижения, остановки, повороты и стойки при игре в волейбол.	36	4	32	Беседа, выполнение физических упражнений
30.	Техника безопасности при игре в баскетбол. Передвижения, остановки, повороты и стойки.	36	4	32	Беседа, выполнение физических упражнений

31.	Техника безопасности при игре в русскую лапту. Удары по мячу с набрасывания партнёром	13	3	10	Беседа, выполнение физических упражнений
32.	Учебная игра	11	1	10	Беседа, выполнение физических упражнений
33.	Обобщающее задание. Сдача нормативов.	10	4	6	Беседа, выполнение физических упражнений
	Итого:	72			

### Содержание курса

**1. Общая физическая подготовка. (52 часов)** Строевые упражнения. Упражнения для рук и плечевого пояса; для мышц шеи; для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах – повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления. Акробатические упражнения. Кувырки, полет – кувырок вперед с места.

**2. Лыжная подготовка. (30 часа).** Освоение техники лыжных ходов. Одновременный одношажный ход. Подъем в гору скользящим шагом. Преодоление бугров и впадин при спуске с горы. Поворот на месте махом. Прохождение дистанции 4 км. Игры: «Гонки с преследованием», «Гонки с выбыванием», «Карельская гонка».

Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Виды лыжного спорта. Применение лыжных мазей. Требования к одежде и обуви занимающегося лыжами.

Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Оказание помощи при обморожениях и травмах.

**3. Туризм (10ч.)** Формирование представлений о туризме. Освоение техники экипировки спортсмена. Изучение основных способов ориентирования на местности, экипировки, формирование знаний, умений и навыков в туристической деятельности.

**4. Спортивные игры.(9бч.)** Совершенствование ловли и передачи мяча: варианты ловли и передач мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника (в различных построениях);

Совершенствование техники ведения мяча: варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника;

Совершенствование техники бросков мяча: варианты бросков мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника;

Совершенствование техники защитных действий: действия против игрока без мяча и с мячом (вырывание, выбивание, перехват, накрывание);

Совершенствование техники перемещений, владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей: комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом;

На совершенствование тактики игры: индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите;

На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей: игра по упрощенным правилам, игра по правилам

**5. Обобщающее занятие. (10ч.)** Сдача нормативов согласно требованиям комплекса ГТО. Подведение итогов работы кружка. Выявление самых активных, вручение грамот.

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол ичес тво часо в
	План.	Факт.		
1.			Вводное занятие. Инструктаж по ТБ в спортивном зале; при занятиях со спортивным инвентарем.	2
<b>Общая физическая подготовка</b>				<b>52</b>
2.			ОРУ. Специально-беговые упражнения.	8
3.			Бег, кроссовая подготовка, СБУ, ОРУ с предметами и без	8
4.			ОРУ на месте и в движении Упражнения с отягощением (стоя, сидя, лежа). Упражнения на развитие силы, общей выносливости, скоростно-силовых качеств	8
5.			Упражнения стоя	4
6.			Упражнения сидя	4
7.			Упражнения в упоре.	4
8.			Шпагаты	2
9.			Занятия в парах	4
10.			Эстафеты с использованием гимнастического инвентаря	4

11.			Специальная физическая подготовка. Упражнения на тренажерах	2
12.			Бег на длинные дистанции.	2
<b>Лыжная подготовка</b>				<b>30</b>
13.			Попеременный двухшажныйход.	3
14.			Одновременный бесшажный ход.	3
15.			Поворот переступанием	3
16.			Одновременный двухшажный и бесшажный ходы.	3
17.			Спуски и подъемы.	3
18.			Торможение «плугом»	3
19.			Прохождение дистанции 1 км	3
20.			Прохождение дистанции 1,5 км	3
21.			Одновременный бесшажный ход.	2
22.			Поворот переступанием	2
23.			Одновременный двухшажный и бесшажный ходы.	2
<b>Туризм</b>				<b>10</b>
24.			Туристское снаряжение	2
25.			Знание туристского снаряжения	2
26.			Топографическая подготовка	2
27.			Техническая подготовка	2
28.			Ориентирование в различных погодных условиях	2
<b>Спортивные игры</b>				<b>96</b>



29.			Техника безопасности при игре в волейбол. Передвижения, остановки, повороты и стойки при игре в волейбол.	36
30.			Техника безопасности при игре в баскетбол. Передвижения, остановки, повороты и стойки.	36
31.			Техника безопасности при игре в русскую лапту. Удары по мячу с набрасывания партнёром	13
32.			Учебная игра	11
<b>Обобщенное занятие</b>				<b>10</b>
33.			Обобщающее задание. Сдача нормативов.	10

### **Формы контроля уровня достижений обучающихся**

- наблюдение;
- беседа;
- анализ;
- тест;
- соревнования

Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения практических заданий.

Усвоение теоретической части курса проверяется устно и тестированием.

Итоговый контроль проводится в конце всего курса в форме сдачи нормативов.

**Итоги реализации** данной образовательной программы проводятся в следующих формах: внутри объединения и участие в конкурсах и соревнованиях.

### **Мониторинг образовательных результатов**

**Для проверки знаний и умений** используются следующие **методы контроля: входной, текущий, промежуточный и итоговый.** В начале учебного года определяется уровень развития обучающихся, их физических способностей, задатков, эмоциональной активности. По результатам входного контроля подбираются самые оптимальные и

эффективные формы и методы организации образовательной деятельности. В течение учебного года проводится оценивание успешности того, как обучающиеся овладевают содержанием программного материала, при этом используются методы: наблюдение, беседа, опрос, анализ, тестирование. Также предусмотрены промежуточные тесты физических показателей, что активизирует деятельность детей. На текущих промежуточных тестах фиксируется достигнутое, ставятся новые задачи. Общий промежуточный просмотр делается и тогда, когда выполняется трудное задание и видно, что у многих воспитанников повторяется одна и та же ошибка. При этом дети, участвуя в обсуждении, приучаются к самоконтролю.

### **Критерии оценки результатов обучения**

- Удовлетворенность обучающихся, посещающих объединение.
- Сформированность представлений об основных понятиях о физической культуре и спорте.
- Сформированность деятельности (правильность выполняемых действий; самостоятельность; соблюдение правил техники безопасности).
- Сформированность навыков и умений (применимость теоретических знаний при выполнении заданий).
- Уровень физических показателей (соревнования).
- Владение основными приемами работы с различным инвентарем (мячи, скамья, турник и т.д.).
- Умение анализировать результаты и критически оценивать свою работу и работу сверстников.

### **Контрольно-измерительные материалы**

Мониторинг освоения учащимися программы представлен в следующей таблице:

<b>Критерии мониторинга</b>	<b>Показатели критерия</b>	<b>Методы оценивания</b>
Знания, приобретенные в области физической культуры	Наличие у учащихся знаний, соответствующих программе.	Беседа, наблюдение, опрос, тестирование.
	Реализация знаний в практической деятельности.	

Наличие умений и навыков для двигательных действий.	Степень реализации знаний на практике, качество продуктивной деятельности.	Наблюдение за выполнением задания. Количество выполненных упражнений.
	Умение самостоятельно выполнить работу.	Достижения учащихся.
Сформированность личностных качеств.	Степень участия в жизни клуба. Социальный статус учащегося в коллективе. Мотивация и практическая деятельность.	Метод воспитывающих ситуаций, этическая беседа. Социометрия.
Наличие интереса к физической культуре и спорту.	Посещаемость занятий, активность, инициативность, самостоятельность.	Ведение журнала. Беседа. Наблюдение.

### Список литературы

#### Учебные пособия для педагога:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». – М.: Проспект,
  2. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования // Вестник образования. - 2010. - № 2.
  3. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа., стандарты второго поколения/ составитель Е.С. Савинов. - М.:Просвещение.2013.
  4. Федеральный закон «Президентская программа "Дети России» . - М.: Роскомпечать, 2018
  5. Федеральный закон «Основы законодательства Российской Федерации по физической культуре и спорту» .- М.: Министерство спорта Российской Федерации, 2018
- Основные источник
6. Амосов,Н. М. Алгоритм здоровья/ Н.М. Амосов// Энциклопедия Амосова. М.-2002.
  7. Алимова, Т.Г. Программа по формированию здорового образа жизни у учащихся / Т.Г. Алимова, И.Н. Комарова // Справочник руководителя образовательного учреждения. - 2014. - № 8.

8. Апанасенко, Г.А. Валеология: имеет ли она право на самостоятельное существование / Г.А. Апанасенко // Валеология.-2013.- №2, с. 9-14.
9. Безруких, М.М.Здоровьесберегающая школа / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, В.Н. Безобразова // Управление школой. - 2014. - №24.-С.32-37
10. Билич, Г.Л. Основы валеологии / Г.Л. Билич, Л.В. Назарова. - СПб, 2015.
11. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И.Брехман.- 2-е изд. - М: Издательство «Физкультура и спорт», 2013.
12. Быховская, И. М., Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход)/ И. М. Быховская, Л. И. Лубышева, В. И. Столяров // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 5. - с. 11- 15.
13. Вайнер, Э.Н. Валеология: Учебник для вузов./Э.Н. Вайнер.- М.: Флинта: Наука, 2014.
14. Гаркуша, Н.С. Методика работы классного руководителя по воспитанию культуры здоровья школьников / Н. Гаркуша // Воспитательная работа в школе. - 2014. - № 5. -С. 92-112.
15. Грач, И.С. Здоровый образ жизни: Сущность понятия и содержание работы по его формированию / И.С. Грач. //Образование. - 2012. - № 5.-С.21-22.
16. Дивин, Г.В. Формирование здорового образа жизни у школьников/ Г.В. Дивин, Д.А. Изуткин. - М.: Просвещение, 1996.
17. Ершова, Т.Н. Актуальные проблемы здоровья детей и подростков / Т.Н. Ершова // Медицинский вестник. - 2014. - № 1. - С. 3-5.
18. Казначеев, В.П. Очерки теории и практики экологии человека. – М.: Наука, 2016.
19. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1 – 4 классы./ В.И. Ковалько.- М.: «ВАКО», 2014.
20. Колбанов, В.В. Валеология в школе./ В.В Колбанов, Г.К Зайцев.- СПб, 2014.
21. Митяева, А.М. Здоровый образ жизни./ А.М. Митяева.- М.: Академия, 2015.
22. Попов, С.В. Валеология в школе и дома/ Попов, С.В. //О физическом благополучии школьников.- СПб: Академия, 2015
23. Туманян, Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование : учеб. пособие : для студентов вузов / Г. С. Туманян. - Москва : Академия, 2016.
24. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилков. - 2-е изд. – М.: «Академия», 2008.
25. Новолодская, Е.Г. Формирование культуры здоровья учащихся в учебно-воспитательном процессе средней школы / Е. П.

Новолодская- М.: «Академия», 2009.

26. Платонова, Т.В.К вопросу формирования принципов здорового образа жизни /Т.В. Платонова // Педагогико-психологические и медико- биологические проблемы физической культуры и спорта.- 2013.- №4.- С.142.

27. Рублев, А.И. Имидж учителя физической культуры и здоровье школьников / А.И. Рублев // Физическая культура в школе.- 2012.- №2.- С.12-13.

28. Седых, Л.Д.Здоровый образ жизни - основа воспитания школьника /Л.Д. Седых // Формирование здорового образа жизни детей и подростков: традиции и инновации.- 2013.- С.179-180.

29. Сократова, Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей :учеб.пособие / Н. В. Сократова. - М.: Сфера, 2005.

30. Спирин, В.К.Здоровьеформирование младших школьников на основе овладения ими культурой движений / В.К. Спирин // Физическая культура в школе. - 2017.- №4.- С.35-41.

31. Титова, Е.О. Основные аспекты деятельности учителя по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся / Е. О. Титова.- М.: 2002.

32. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта / Ж.К. Холодов. - М., «Физкультура и спорт»,2017.

### **Список литературы для детей и родителей:**

1. Артамонова, И.П. Здоровьесбережение как необходимое условие формирования образовательной среды школьников согласно ФГОС [Электронный ресурс]. /И.П. Артамонова // Фестиваль педагогических идей «Открытый урок».- Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/645362>

2. Боброва, И.В. Формирование здорового образа жизни школьников [Электронный ресурс] / И.В. Боброва// Социальная сеть работников образования.-Режим доступа: <http://nsportal.ru/blog/shkola/obshcheshkolnaya-tematika/all/2013/05/18/formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-mladshikh>.

3. Гаркуша Н.С. Воспитание культуры здоровья школьников в деятельности классного руководителя.автореф. дис. ... канд. пед. наук [Электронный ресурс] /Н.С. Гаркуша. – Белгород, 2017. – Режим доступа: <http://nauka-pedagogika.com/pedagogika-13-00-01/dissertaciya-vospitanie-kultury-zdorovya-shkolnikov-v-deyatelnosti-klassnogo-rukovoditelya#ixzz3cSFkxvsl>

4. Шорохова Е.В.Программадуховно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся на ступени среднего общего образования [Электронный ресурс] /Е.В. Шорохова - Воронеж, 2018. - Режим доступа: <https://multiurok.ru/files/proghramma-dukhovno->

npravstviennogho-razvitiia-vo-1.html

5. Михаленко И.В. Тесты на знание физической культуры и спорта. 7 класс [Электронный ресурс] /И.В. Михаленко - Смоленск, 2017. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka/fizkultura/klass-7/type-58>

## **Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы на 2022-2023 учебный**

### **1. Пояснительная записка**

#### **Нормативно-правовая база**

Рабочая программа воспитания для обучающихся детского объединения «Инновационное мышление» разработана педагогом дополнительного образования-руководителем детского объединения согласно требованиям следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 года № 1726-р (ред. От 30.03.2020);
5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;
6. Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

#### **Актуальность программы**

С 1 сентября 2020 года вступил в силу Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Президент Российской Федерации В.В. Путин отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде». (Статья 2, пункт 2, ФЗ № 304)

«Образовательная программа – комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, оценочных и методических материалов, а также в предусмотренных настоящим Федеральным законом случаях в виде рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы, форм аттестации». (Статья 2, пункт 9, ФЗ № 304).

### **Адресат программы**

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп обучающихся в возрасте 11-17 лет.

Данная программа воспитания рассчитана на один учебный год.

## **2. Характеристика детского объединения**

Деятельность школьного спортивного клуба «успех» имеет *спортивно-оздоровительную* направленность.

Количество обучающихся объединения составляет 3 группы, всего 45 человек.

Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 11 до 17 лет.

- Контингент обучающихся по группам:

№ гр.	Год обучения	Кол-во детей по плану	Кол-во детей по факту	Количество групп	Пол уч-ся		Возраст обучающихся		
					Мальчики	Девочки	Дошкольники	1-4 классы	5-11 классы
1	первый	15	45	3			-	-	15
	Всего:	45	45	3			-	-	45

Формы работы с обучающимися и их родителями (законными представителями) - индивидуальные и групповые.

### 3. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Сверхзадача воспитательной деятельности - развитие человеческого потенциала как основы будущего России, благосостояния народа.

#### Цель воспитания:

- создание личностно-ориентированной образовательной среды, позволяющей формировать условия для полноценного физического, духовного психоэмоционального здоровья, межличностного, группового развивающего взаимодействия обучающихся, родителей, педагогов и специалистов.

#### Задачи воспитания

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;



- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

Повышение качества дополнительного образования находится в прямой зависимости от кадров. В современных условиях реформирования образования радикально меняется статус педагога, его образовательные функции, соответственно меняются требования к его профессионально-педагогической компетентности, к уровню его профессионализма. В настоящий момент мы отмечаем, что сегодня востребован педагог творческий, компетентный, способный к развитию умений мобилизовать свой личностный потенциал в современной системе воспитания и развития школьника.

#### **Планируемые результаты реализации программы воспитания**

Процесс воспитания сочетает прогрессивные креативные технологии и стереотипные элементы образования, доказавшие свою эффективность в процессе педагогической деятельности и по результатам реализации программы воспитания обучающиеся получают возможность:

- развивать инициативность, любознательность, способность к творчеству, стимулировать коммуникативную, познавательную, игровую и другую активность в различных видах деятельности;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

- формирование у обучающихся основ самостоятельности

#### **4. Работа с коллективом обучающихся**

Работа с коллективом обучающихся школьного спортивного клуба «Успех» нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого взаимодействия;

- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;

- развитие физического, творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;

- содействие формированию активной гражданской позиции;

- воспитание сознательного отношения к себе и окружающим, к труду, к природе, к своему селу.

## 5. Работа с родителями

Работа с родителями обучающихся школьного спортивного клуба «Успех» включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течение учебного года);
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

## 6. Календарный план воспитательной работы школьного спортивного клуба «Успех» на 2022-2023 учебный год

Педагог дополнительного образования: Машошин Максим Сергеевич

<b>Модуль «Учебное занятие»</b>				
№	Мероприятие	Деятельность	Сроки проведения	Отметка о выполнении
1.	Творческие конкурсы, фестивали, олимпиады и соревнования различного уровня.	Участие	По планам МБУДО «Талант», МБОУ «Ноздрачевская СОШ»	
2.				
<b>Модуль «детское объединение»</b>				
1.	Мероприятия с детским коллективом с (праздники, фестивали, акции, флешмобы, конкурсы, т.д.)	Участие	По планам МБУДО «Талант», МБОУ «Ноздрачевская СОШ»	
<b>Модуль «Воспитательная среда»</b>				
<b>СЕНТЯБРЬ</b>				
1	03.09. День солидарности в борьбе с терроризмом. День памяти жертв Беслана.	Участие в мероприятиях	03.09	

2	11.09. Международный день памяти жертв фашизма		11.09	
3	Весёлые старты	Участие в мероприятии	17.09	
4	30.09. День интернета в России	Беседа	30.09	
<b>ОКТАБРЬ</b>				
4	Международный день пожилых людей	Участие в общешкольных мероприятиях	01.10.	
5	05.10. День Учителя	Участие в общешкольных мероприятиях	05.10	
<b>НОЯБРЬ</b>				
6	День народного единства	Участие в общешкольных мероприятиях	04.11	
7	Международный день толерантности.	Участие в общешкольных мероприятиях	16.11	
	Спортивные соревнования по настольному теннису	Участие в общешкольных мероприятиях	18.11	
	День Матери	Участие в общешкольных мероприятиях	28.11	
<b>ДЕКАБРЬ</b>				
8	Международный день борьбы с коррупцией	Беседа	09.12.	
9	День неизвестного солдата	Участие в общешкольных мероприятиях	03.12.	
	Международный день инвалидов (Декада инвалидов). Видео-обращение «Человек живет рядом»	Участие в общешкольных мероприятиях	03.12	

1 0	День конституции РФ	Участие в общешкольных мероприятиях	12.12.	
1 1	Новогодние мероприятия	Участие	20-29.12	
<b>ЯНВАРЬ</b>				
1 2	День полного снятия блокады Ленинграда	Участие в общешкольных мероприятиях	27.01.	
	Спортивные соревнования по лыжам	Участие в общешкольных мероприятиях	25.01	
	Международный день памяти жертв Холокоста. Минута молчания	Участие в общешкольных мероприятиях	28.01	
<b>ФЕВРАЛЬ</b>				
1 3	День освобождения г.Курска от немецко-фашистских захватчиков	Участие в общешкольных мероприятиях	08.02.	
	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. Уроки мужества.	Участие в общешкольных мероприятиях	15.02	
1 4	День защитника Отечества	Участие в общешкольных мероприятиях	22.02.	
	День Защитника Отечества Конкурс «А ну-ка, парни!»	Участие в общешкольных мероприятиях	22.02	
<b>МАРТ</b>				
1 5	Международный женский день	Участие в общешкольных мероприятиях	08.03.	

1 6	Всемирный день Земли	Участие в общешкольных мероприятиях	20.03.	
<b>АПРЕЛЬ</b>				
1 7	День космонавтики	Участие в общешкольных мероприятиях	12.04.	
	Соревнования по Дартс	Участие в общешкольных мероприятиях	18.04	
<b>МАЙ</b>				
1 8	День Победы. Акции: «георгиевская ленточка», «окна Победы», «бессмертный полк».	Участие в общешкольных мероприятиях	09.05.	
	День рождения детских пионерских организаций. Торжественный прием в РДШ.	Участие в общешкольных мероприятиях	19.05	
	Маршрутная игра, посвященная Дню рождения детских организаций.	Участие в общешкольных мероприятиях	19.05	
<b>Модуль «Работа с родителями»</b>				
1.	Организационное родительское собрание	Знакомство родителей с целями и задачами обучения по данной ДООП, особенностями организации учебного процесса, режимом работы и учебным графиком	сентябрь	

2.	Индивидуальные консультации для родителей	Решение вопросов социального и педагогического характера	в течение учебного года	
3.	Открытые занятия для родителей	Знакомство родителей с промежуточными результатами работы объединения	декабрь, апрель	
4.	Итоговое родительское собрание	Подведение итогов работы объединения, знакомство с результатами итоговой аттестации обучающихся	май	
<b>Модуль «Профилактика»</b>				
1.	Первичный инструктаж по ТБ, правилам пожарной безопасности, поведению на дорогах, поведению при угрозе ЧС и теракта	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	сентябрь	
2.	Проведение учений по эвакуации при ЧС	Участие	октябрь	
3.	Проведение бесед по антикоррупционному поведению	Формирование социальной компетентности	ноябрь	
4.	Проведение бесед антинаркотической направленности	Противостояние манипуляциям	декабрь	

5.	Повторный инструктаж по ТБ, правилам пожарной безопасности, поведению на дорогах, поведению при угрозе ЧС и теракта	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	январь	
6.	Проведение бесед по информационной безопасности в сети	Формирование социальной компетентности	февраль	
7.	Беседы по профилактике разрешения конфликтных ситуаций с применением медиативных технологий	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся в конфликтных ситуациях	март	
8.	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Формирование социальной компетентности	апрель	
9.	Проведение бесед по правилам поведения на дорогах, в общественных местах в летнее время, по правилам поведения у водоемов	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	май	

## 7. Оценка результативности реализации программы воспитания

*Результат реализации программы воспитания обучающихся школьного спортивного клуба «Успех»*

### **Методика: "Оценка готовности педагога к участию в инновационной деятельности"**

*Инструкция:* Уважаемые ребята! Оцените, пожалуйста, предложенные критерии своей готовности по 5-балльной шкале.

№ п/п	Критерии					
		1	2	3	4	5
I. Мотивационно-творческая направленность личности						

1	Заинтересованность в спортивной деятельности					
2	Стремление к творческим и физическим достижениям					
3	Стремление к лидерству					
4	Стремление к получению высокой оценки деятельности со стороны педагогов					
5	Личная значимость творческой деятельности					
6	Стремление к самосовершенствованию					
<b>Всего:</b>						
<b>II. Креативность обучающегося</b>						
7	Способность отказаться от стереотипов в учебной деятельности, преодолеть инерцию мышления					
8	Стремление к риску					
9	Критичность мышления, способность к оценочным суждениям					
10	Способность к самоанализу, рефлексии					
<b>Всего</b>						
<b>III. Способности к осуществлению инновационной деятельности</b>						
11	Владение методами исследования					
12	Способность к планированию экспериментальной работы					
13	Способность к созданию авторской концепции					
14	Способность к организации эксперимента					
15	Способность к коррекции своей деятельности					
16	Способность использовать опыт творческой деятельности других					
17	Способность к сотрудничеству					
18	Способность творчески разрешать конфликты					
<b>Всего</b>						



IV. Индивидуальные особенности личности						
19	Работоспособность в творческой деятельности					
20	Уверенность в себе					
21	Ответственность					
Всего						

Спасибо!

Обработка результатов:

На основе полученных результатов делаются выводы:

- о высоком уровне готовности к участию в инновационной деятельности – набрано от 84 до 71 балла;
- Средний уровень – от 70 до 55 баллов;
- Низкий уровень – менее 55 баллов.

### Список использованной литературы

#### Литература для педагога:

1. Воспитательный процесс: изучение эффективности: методические рекомендации/ под редакцией Е.Н. Степанова – М., 2016;
2. Каргина З.А. Практическое пособие для работы педагога дополнительного образования. – Изд. доп.- М.: Школьная Пресса, 2008;
3. Маленкова П.И. Теория и методика воспитания/ М., 2017;
4. Слостенин В.А. Методика воспитательной работы- изд.3-е-М, 2015.

#### Интернет-источники:

<https://videouroki.net/razrabotki/rabochaya-programma-po-vospitatelnoy-rabote.html>- рабочая программа по воспитательной работе

<https://infourok.ru/rabochaya-programma-vospitatelnoy-raboti-328614.html>- рабочая программа воспитательной работы