

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Андреевская средняя школа имени Н.Н.Благова  
(МОУ Андреевская СШ)

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета

от « 30 » 08 2022года  
Протокол № 1

Утверждаю:  
и.о. Директора  
МОУ Андреевской СШ  
Совина В.С.  
« 01 » 09 2022 год  
Пр. №139

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно –спортивной направленности  
«Быстрее, выше, сильнее»  
(стартовый уровень)**

Адресат программы – обучающиеся 6-8 лет

Срок реализации - 1 год обучения

Программа разработана  
педагогом дополнительного образования  
Гимадеевым Тимуром Викторовичем

с. Андреевка  
2022год

## Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик.....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель и задачи программы .....	7
1.4. Содержание программы.....	8
1.4.1 Учебный план (144 часа) .....	8
1.4.2 Содержание учебного плана.....	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	13
2.1. Календарный учебный график .....	13
2.2. Формы аттестации .....	20
2.3. Оценочные материалы .....	21
2.4. Методические материалы .....	24
2.5. Условия обеспечения программы .....	25
2.6. Мероприятия воспитательной деятельности .....	27
2.7. Список литературы.....	29

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик**

### **1.1.Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Быстрее, выше, сильнее» физкультурно-спортивной направленности** составлена на основании нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность учреждений дополнительного образования:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);
2. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года;
3. Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Приказ от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;
6. СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы:

7. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» вместе с (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);

8. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
10. «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

Адаптированные программы:

11. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их образовательных потребностей (письмо от 29.03.2016 № ВК-641/09)

12. Устав образовательной организации.

**Уровень программы – стартовый.**

**Актуальность программы** заключается в том, что в процессе её реализации создаются условия для того, чтобы раскрывать потенциал каждого ребенка, направленный на совершенствование уровня физической подготовленности.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью данной программы можно назвать комплексный подход к обучению, его основание на межпредметных связях: легкая атлетика, футбол, баскетбол, волейбол. Программа объединяет физкультурное и оздоровительное направления.

### **Новизна программы.**

Новизна образовательной программы состоит в специфике ее содержания, образовательных технологиях, учитывающих возраст и индивидуальные особенности детей, их возможности и потребности. А также предусматривается возможность дистанционного обучения.

### **Адресат программы**

Данная программа рассчитана на обучающихся 6 – 8 лет. Этот возраст – начало учебной деятельности в школе, когда есть несоответствие между теми побуждениями, с которыми он поступил в школу, и теми, которые нужны для успешной жизнедеятельности.

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Быстрее, выше, сильнее» строятся с учётом возрастных особенностей детей.

Наполняемость группы – 15 человек. Прием в группу осуществляется по желанию, без предварительного отбора.

Основная задача педагога – раскрыть внутренний потенциал детей, пробудить творческие начала в игровой, практической деятельности и в общении.

**Объем освоения программы:** 144 часа в год, 4 часа в неделю.

**Срок освоения программы:** с сентября 2022 года по май 2023 год.

**Форма обучения:** очная с применением дистанционных образовательных технологий

**Особенности форм проведения занятий:**

фронтальная, групповая, игровая, парная.

**Фронтальная** форма характеризуется выполнением всем составом группы одного и того же задания.

**Групповая** форма предусматривает одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий.

**Игровая форма** предусматривает выполнение заданий в процессе игры.

**Парная форма** заключается в том, что задания выполняются в парах.

**Методы обучения:**

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

**Особенности организации образовательного процесса:**

Обучающиеся в группе от 6 до 8 лет.

Количественный состав объединения составляет не менее 15 человек, состав постоянный. Структура программы предусматривает комплексное обучение по основным направлениям образовательной программы, учитывая индивидуальные потребности и возможности обучающихся.

**Режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, всего 144 часа в год. Продолжительность занятий соответствует требованиям СП 2.4.3648-20.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** физическое развитие детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

### **Задачи программы:**

**Образовательные:** ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;  
формировать правильную осанку;  
обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;  
изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;  
формировать у обучающихся навыки здорового образа жизни.

**Развивающие:** улучшать функциональное состояние организма;  
повышать физическую и умственную работоспособность;  
способствовать снижению заболеваемости.

**Воспитательные:** прививать жизненно важные гигиенические навыки;  
содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности инициативы;  
стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;  
формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

## 1.3 Планируемые результаты освоения программы

**Предметные** - формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием.

**Обучающиеся должны знать:**

- правила самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- комплексы физических упражнений оздоровительной направленности;
- о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

**Обучающиеся должны уметь:**

- владеть навыками ведения здорового образа жизни;
- владеть жизненно важными навыками гигиены;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

**Личностные** - установка на безопасный, здоровый образ жизни, уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов.

Сформированы личностные качества:

- волевые и нравственные качества, определяющие формирование личности ребенка: трудолюбие, стремление к победе, лидерство;
- развиваться общее функциональное состояние организма;
- повыситься физическая и умственная работоспособность.

**Метапредметные** - задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других, формулировать собственные мысли, высказывать и обосновывать свою точку зрения.

## **1.4. Содержание программы**

### **1.4.1 Учебный план (144 часа)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	В том числе		
			теория	практика	
Раздел 1. Игры-эстафеты (64 ч)					
1-2	Техника безопасности на занятиях в спортивном зале. Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	2	1	1	Беседа
3-4	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	2	1	1	ОРУ с гимнастическим и палками
5	Правила выполнения дыхательных упражнений	1	1		Беседа



6-7	Эстафета с мячами. «Кенгуру»	2		2	Наблюдение
8	Игра с малым мячом. «Под небеса».	1		1	Наблюдение
9	Эстафеты с мячами.	1		1	Беседа, составление режима дня
10-12	Игра с малым мячом. «Под небеса». Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».	3		3	Наблюдение
13-14	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	2		2	Наблюдение
15-16	Эстафета с мячами. «Кенгуру»	2		2	Наблюдение
17-18	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	2		2	Наблюдение
19	Игра с малым мячом. «Под небеса».	1		1	Беседа, наблюдение
20	Эстафеты с мячами	1		1	Беседа
21	Правила игры. «Бег по кочкам».	1		1	Наблюдение
22-23	Наш друг режим	2	1	1	Беседа, составление режима дня
24-28	Подвижные игры по выбору учащихся	5		5	Наблюдение
29	Спортивный праздник «Физкультура!»	1		1	Наблюдение
30-32	Лазания и перелазания	3	1	2	Беседа, наблюдение
33-34	Оказание первой помощи	2	1	1	Беседа, наблюдение
35-38	Полоса препятствий	4	1	3	Беседа, наблюдение
39-41	Упражнения в равновесии	3	1	2	Беседа, наблюдение
42-45	Акробатические упражнения	4	1	3	Беседа, наблюдение
46-48	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	3	1	2	Беседа, наблюдение
49-53	Зимние игры на воздухе «Снежный боулинг»	5		5	Наблюдение
54-57	Гонки снежных комков	4		4	Наблюдение
58-61	Игра – эстафета «Взятие снежного городка»	4		4	Наблюдение
62-64	Игра зимой на воздухе «Городки»	3		3	Наблюдение
<b>Раздел 2. Подвижные игры разных народов (80 ч)</b>					
65-66	Закаливание в зимний период	2	2		Беседа
67-69	Зимние развлечения	3	1	2	Беседа, наблюдение
70-	Строительные игры из снега. «Клуб	5		5	Наблюдение

74	ледяных инженеров».				
75-79	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров».	5		5	Наблюдение
80-82	Игровая программа «Зимние забавы»	3		3	Наблюдение
83-87	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.	5		5	Наблюдение
88-90	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	3		3	Наблюдение
91-92	Весенние развлечения	2	1	1	Беседа, наблюдение
93	Путешествие в страну Витаминию	1	1		Беседа
94-97	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	4		4	Наблюдение
98-101	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	4		4	Наблюдение
102-105	Игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела».	4		4	Наблюдение
106-109	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок».	4		4	Наблюдение
110-113	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	4		4	Наблюдение
114-117	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	4		4	Наблюдение
118-122	Подвижные игры по выбору учащихся	5		5	Наблюдение
123	Знакомство с доктором Активный отдых	1	1		Беседа
124-125	Знакомство с доктором Физические упражнения	2	1	1	Беседа, наблюдение
126-129	Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?»	4		4	Наблюдение
130-131	Формирование здорового образа жизни	2	2		Беседа
132-135	Веселое многоборье	4		4	Наблюдение
136-138	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	3		3	Наблюдение
139-143	Подвижные игры по выбору учащихся	5		5	Наблюдение
144	Здравствуй, лето! Отправляемся в поход.	1	1		Беседа

#### 1.4.2 Содержание учебного плана

### Раздел 1. Игры-эстафеты (64 ч)

*Цель:* Познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувство коллективизма и ответственности.

**Теория:** Техника безопасности на занятиях в спортивном зале. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Эстафета с мячами. Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками).

«Перенеси мяч». Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Правила выполнения дыхательных упражнений. История возникновения игр с мячом. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.

**Практика:** Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля. Беговые эстафеты. Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Эстафета с мячами. «Кенгуру». Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч». Игра с малым мячом. «Под небеса». Эстафеты с мячами. Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом. Правила игры. «Бег по кочкам». Эстафета с мячами. «Перенеси мяч». Эстафета с мячами. «Кенгуру». Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч». Игра с малым мячом. «Под небеса». Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам». Наш друг режим. Подвижные игры по выбору учащихся. Спортивный праздник «Физкульт-ура!». Лазания и перелазания. Оказание первой помощи. Полоса препятствий. Упражнения в равновесии. Акробатические упражнения. Подвижные игры. «Быстрее, выше, сильнее!». Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Игра зимой на воздухе

«Городки». Игра зимой на воздухе. «Снежный боулинг». Гонки снежных комков. Игра – эстафета «Взятие снежного городка».

**Форма контроля:** Беседа, наблюдение, тест, опрос, контрольное упражнение.

## **Раздел 2 Подвижные игры разных народов (80 ч)**

*Цель:* Познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

**Теория:** Закаливание в зимний период. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Зимние развлечения. Весенние развлечения. На занятии проводится знакомство с историей русской игры. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

**Практика:** Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров». Строительные игры из снега. «Скатывание шаров». Игровая программа «Зимние забавы». «Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.

Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!», Путешествие в страну Витаминию. Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки». Игры мордовского народа. «Котел» «Салки». Игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела». Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок». Игры народов Востока. «Скачки», Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. «Собери яблоки». Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек». Подвижные игры по выбору учащихся. Знакомство с доктором Активный отдых. Знакомство с доктором Физические упражнения. Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?». Формирование здорового образа жизни. Веселое многоборье. Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!». Подвижные игры по выбору учащихся. Здравствуй, лето! Отправляемся в поход.

**Форма контроля:** Беседа, наблюдение, тест.

## 2.Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1 Календарный учебный график

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Раздел 1. Игры-эстафеты (64 ч)</b>								
1.				Фронтальная	1	Техника безопасности на занятиях в спортивном зале.	Спортивный зал	Беседа
2.				Игровая	1	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	Спортивный зал	Наблюдение
3.				Игровая	2	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	Спортивный зал	Беседа
4.				Игровая	1	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.	Спортивный зал	Наблюдение
5.				Игровая	1	Правила выполнения дыхательных упражнений	Спортивный зал	Наблюдение
6.				Игровая	1	Эстафета с мячами. «Кенгуру»	Спортивный зал	Наблюдение
7.				Игровая	1	Эстафета с мячами. «Кенгуру»	Спортивный зал	Наблюдение
8.				Игровая	1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	Спортивная площадка	Наблюдение
9.				Игровая	1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	Спортивная площадка	Наблюдение
10.				Игровая	1	Игра с малым мячом. «Под небеса».	Спортивная площадка	Наблюдение
11.				Игровая	1	Эстафеты с мячами.	Спортивная площадка	Беседа, составление режима дня
12.				Игровая	1	Правила игры. «Бег по кочкам».	Стадион	Наблюдение
13.				Игровая	1	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	Спортивная площадка	Наблюдение
14.				Игровая	1	Эстафета с мячами. «Перенеси мяч».	Спортивная площадка	Беседа, наблюдение
15.				Игровая	1	Эстафета с мячами. «Кенгуру»	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
16.				Игровая	1	Эстафета с мячами.	Спортивный зал	Беседа,

						«Кенгуру»	й зал	наблюдение
17.			Игровая	1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	Стадион		Беседа, наблюдение
18.			Игровая	1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч».	Стадион		Беседа, наблюдение
19.			Игровая	1	Игра с малым мячом. «Под небеса»..	Спортивная площадка		Беседа, наблюдение
20.			Игровая	1	Эстафеты с мячами	Спортивная площадка		Беседа
21.			Игровая	1	Правила игры. «Бег по кочкам».	Спортивная площадка		Наблюдение
22.			Фронтальная	1	Наш друг режим	Спортивный зал		Беседа
23.			Фронтальная	1	Наш друг режим	Спортивный зал		Наблюдение
24.			Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Спортивный зал		Наблюдение
25.			Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Спортивный зал		Наблюдение
26.			Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Спортивная площадка		Наблюдение
27.			Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Спортивная площадка		Наблюдение
28.			Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Спортивная площадка		Наблюдение
29.			Игровая	1	Спортивный праздник «Физкульт-ура!»	Спортивный зал		Наблюдение
30.			Игровая	1	Лазания и перелазания	Спортивный зал		Беседа, составление режима дня
31.			Игровая	1	Лазания и перелазания	Спортивный зал		Наблюдение
32.			Игровая	1	Лазания и перелазания	Спортивный зал		Наблюдение
33.			Фронтальная	1	Оказание первой помощи	Спортивный зал		Беседа, наблюдение
34.			Игровая	1	Оказание первой помощи	Спортивный зал		Беседа, наблюдение, тест
35.			Игровая	1	Полоса препятствий	Стадион		Беседа, наблюдение
36.			Игровая	1	Полоса препятствий	Стадион		Беседа, наблюдение

								ние
37.				Игровая	1	Полоса препятствий	Стадион	Беседа, наблюдение
38.				Игровая	1	Полоса препятствий	Стадион	Беседа, наблюдение
39.				Игровая	1	Упражнения в равновесии	Спортивный зал	Беседа
40.				Игровая	1	Упражнения в равновесии	Спортивный зал	Наблюдение
41.				Игровая	1	Упражнения в равновесии	Спортивный зал	Беседа
42.				Игровая	1	Акробатические упражнения	Спортивный зал	Наблюдение
43.				Игровая	1	Акробатические упражнения	Спортивный зал	Наблюдение
44.				Игровая	1	Акробатические упражнения	Спортивный зал	Наблюдение
45.				Игровая	1	Акробатические упражнения	Спортивный зал	Наблюдение
46.				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	Наблюдение
47.				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	Наблюдение
48.				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	Наблюдение
49.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Снежный боулинг»	Спортивная площадка	тест
50.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Снежный боулинг»	Спортивная площадка	тест, контрольное задание
51.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Снежный боулинг»	Спортивная площадка	наблюдение
52.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Снежный боулинг»	Спортивная площадка	контрольное задание
53.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Снежный боулинг»	стадион	опрос
54.				Игровая	1	Гонки снежных комков	стадион	контрольное упражнение
55.				Игровая	1	Гонки снежных комков	стадион	наблюдение,
56.				Игровая	1	Гонки снежных комков	спортивная площадка	опрос

57.				Игровая	1	Гонки снежных комков	Спортивная площадка	опрос
58.				Игровая	1	Игра – эстафета «Взятие снежного городка»	Спортивная площадка	наблюдение
59.				Игровая	1	Игра – эстафета «Взятие снежного городка»	Спортивная площадка	наблюдение
60.				Игровая	1	Игра – эстафета «Взятие снежного городка»	Спортивный зал	наблюдение
61.				Игровая	1	Игра – эстафета «Взятие снежного городка»	Спортивный зал	наблюдение
62.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Городки»	Стадион	контрольное задание
63.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Городки»	Стадион	тест
64.				Игровая	1	Игра зимой на воздухе «Городки»	Спортивная площадка	беседа
<b>Раздел 2. Подвижные игры разных народов ( 80ч)</b>								
65.				Фронтальная	1	Закаливание в зимний период	Спортивная площадка	опрос
66.				Фронтальная	1	Закаливание в зимний период	Спортивная площадка	тест
67.				Игровая	1	Зимние развлечения	Стадион	контрольное задание
68.				Игровая	1	Зимние развлечения	Стадион	тест
69.				Игровая	1	Зимние развлечения	Стадион	Контрольные упражнения
70.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	Стадион	Контрольные задания
71.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	Стадион	тест
72.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	Стадион	тест
73.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	Стадион	наблюдение
74.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	Стадион	беседа
75.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров».	Стадион	наблюдение
76.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров».	Стадион	наблюдение



77.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров».	Стадион	наблюдение
78.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров».	Стадион	наблюдение
79.				Игровая	1	Строительные игры из снега. «Скатывание шаров».	Спортивная площадка	наблюдение
80.				Игровая	1	Игровая программа «Зимние забавы»	Стадион	наблюдение
81.				Игровая	1	Игровая программа «Зимние забавы»	Стадион	наблюдение
82.				Игровая	1	Игровая программа «Зимние забавы»	Стадион	наблюдение
83.				Игровая	1	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.	Стадион	наблюдение
84.				Игровая	1	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.	Стадион	наблюдение
85.				Игровая	1	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.	Стадион	наблюдение
86.				Игровая	1	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.	Стадион	наблюдение
87.				Игровая	1	«Зимняя импровизация» - лепка скульптур из снега.	Стадион	наблюдение
88.				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	наблюдение
89.				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	наблюдение
90.				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	наблюдение
91.				Фронтальная	1	Весенние развлечения	Спортивный зал	Беседа
92.				Игровая	1	Весенние развлечения	Спортивный зал	наблюдение
93.				Фронтальная	1	Путешествие в страну Витаминию	Спортивный зал	Беседа
94.				Игровая	1	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	Спортивный зал	Беседа
95.				Игровая	1	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	Спортивный зал	Наблюдение
96.				Игровая	1	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	Спортивный зал	Наблюдение
97.				Игровая	1	Игры русского народа. «Гуси-лебеди»,	Спортивный зал	наблюдение

						«Обыкновенные жмурки».		
98.				Игровая	1	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	Спортивный зал	Наблюдение
99.				Игровая	1	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	Спортивный зал	Наблюдение
100				Игровая	1	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	Спортивный зал	Наблюдение
101				Игровая	1	Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».	Спортивный зал	наблюдение
102				Игровая	1	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	Спортивный зал	Наблюдение
103				Игровая	1	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	Стадион	Наблюдение
104				Игровая	1	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	Стадион	Наблюдение
105				Игровая	1	Игры белорусского народа. « Михасик», «Прела-горела».	Стадион	Наблюдение
106				Игровая	1	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок».	Стадион	Наблюдение
107				Игровая	1	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок».	Стадион	Наблюдение
108				Игровая	1	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок».	Стадион	Наблюдение
109				Игровая	1	Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок».	Спортивная площадка	Наблюдение
110				Игровая	1	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	Стадион	Наблюдение
111				Игровая	1	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	Стадион	Наблюдение
112				Игровая	1	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	Стадион	Беседа
113				Игровая	1	Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».	Стадион	Беседа
114				Игровая	1	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	Стадион	Наблюдение
115				Игровая	1	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай	Стадион	Наблюдение

						платочек».		
116				Игровая	1	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	Спортивная площадка	Наблюдение
117				Игровая	1	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	Стадион	Наблюдение
118				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
119				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
120				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
121				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Беседа
122				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
123				Фронтальная	1	Знакомство с доктором Активный отдых	Спортивная площадка	беседа
124				Фронтальная	1	Знакомство с доктором Физические упражнения	Стадион	беседа
125				Фронтальная	1	Знакомство с доктором Физические упражнения	Стадион	Наблюдение
126				Игровая	1	Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?»	Стадион	Наблюдение
127				Игровая	1	Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?»	Стадион	Наблюдение
128				Игровая	1	Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?»	Стадион	Наблюдение
129				Игровая	1	Преодоление полосы препятствий «Кто быстрее?»	Стадион	Наблюдение
130				Фронтальная	1	Формирование здорового образа жизни	Стадион	Беседа
131				Фронтальная	1	Формирование здорового образа жизни	Спортивная площадка	Беседа
132				Игровая	1	Веселое многоборье	Стадион	Наблюдение
133				Игровая	1	Веселое многоборье	Стадион	беседа
134				Игровая	1	Веселое многоборье	Стадион	Наблюдение
135				Игровая	1	Веселое многоборье	Стадион	Наблюдение
136				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Стадион	Наблюдение

137				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Стадион	Беседа
138				Игровая	1	Подвижные игры «Быстрее, выше, сильнее!»	Спортивная площадка	Беседа, наблюдение
139				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
140				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
141				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение, тест
142				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
143				Игровая	1	Подвижные игры по выбору учащихся	Стадион	Наблюдение
144				Фронтальная	1	Здравствуй, лето! Отправляемся в поход.	Спортивная площадка	беседа

## 2.2.Формы аттестации

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводятся промежуточная и итоговая аттестация. Промежуточная аттестация проходит в конце первого полугодия в форме тестирования, итоговая – в конце учебного года.

### Способы определения результативности

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях, участие в районной (региональной) краеведческой конференции.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

### Методы отслеживания успешности:

- Педагогическое наблюдение
- Педагогический анализ результатов участия в соревнованиях
- Педагогический мониторинг;

-Тестирование, анкеты, опросы, собеседование;

- Выполнение обучающимися диагностических упражнений (тестов)

Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные праздники;
- «День здоровья».

### 2.3.Оценочные материалы

Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:	Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:			Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Бег на 30 м, сек.	5,7	6,3	7,0	5,9	6,5	7,2
Челночный бег 3×10 м, сек.	9,8	10,4	11,0	10,0	10,6	11,2
Прыжок в длину с места, см	140	130	115	130	120	105
Подтягивание на высокой	3	2	1	—	—	—

перекладине (мальчики), количество раз						
Подтягивание на низкой перекладине в висе лежа (девочки), количество раз	–	–	–	10	8	5
Поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., количество раз	15	12	9	15	12	9
Наклон туловища в положении сидя, ноги вместе, см	+8	+6	+4	+9	+7	+5
6-минутный бег, м	1000	850	700	900	750	600

### **Тест «Оказание первой помощи» для школьников**

#### **1. С помощью чего можно держать форму в тонусе, улучшать состояние здоровья?**

- а) здорового образа жизни;
- б) активного досуга (просмотра фильмов, чтения книг);
- в) крепкого сна;
- г) усиленного питания

#### **2. При выборе спортивной формы необходимо правильно подобрать ее :**

- а) цвет;
- б) размер;
- в) удобство и качество.

#### **3. При получении травмы учеником необходимо сначала:**

- а) оказать ему первую помощь;
- б) доставить в больницу;
- в) сообщить администрации;
- г) сообщить родителям.

#### **4. При ушибе необходимо на место ушиба положить :**

- а) холод;
- б) тепло;
- в) повязку.

#### **5. Почему обмороженную кожу нельзя растирать снегом?**

- а) Снег холодный

- б) Снег грязный
- в) Можно оцарапать кожу
- г) Можно ещё больше замёрзнуть

( Выбери несколько вариантов ответов)

**6. Как называется специальная обувь для бега?**

- а) бутсы;
- б) шиповки;
- в) сникерсы
- г) чешки

**6. При переломе конечностей используют :**

- а) холод;
- б) шину;
- в) тугую повязку.

**7. При серьезной травме позвоночника необходимо до приезда врача пострадавшего:**

- а) перенести на мягкое ложе;
- б) усадить;
- в) не переносить.

**8. Во время выполнения прыжков приземляться только на:**

- а) носки;
- б) согнутые ноги;
- в) на всю стопу.

**9. Чтобы остановить кровь и для обеззараживания раны на улице можно использовать:**

- а) подорожник;
- б) листья тополя;
- в) листья берёзы;
- г) плоды яблони;

**10. В качестве предохранительного средства от обморожения используют:**

- а) тональный крем;
- б) спирт;
- в) гусиный жир.

**Ответы на тест «Оказание первой помощи»:**

1.а.2.б.3.а.4.а.5.б,в.6.б.7.б.8.а.9.а.10.в

## **2.4.Методические материалы**

Методические материалы – обеспечение программы методическими видами продукции: указание тематики и формы методических материалов по программе.

**Метод обучения** - упорядоченный комплекс дидактических приемов и средств, посредством которых реализуются цели обучения и воспитания. Методы обучения - это взаимосвязанные способы целенаправленной деятельности учителя и учащихся. Под методами обучения понимают последовательное чередование способов взаимодействия учителя и учащихся, направленных на достижение определенной дидактической цели. По источникам передачи знаний методы обучения разделяются на словесные, наглядные, практические.

**Словесные:** рассказ, лекция, беседа, инструктаж, дискуссия;

**Наглядные:** демонстрация, иллюстрация, схема, показ материала, график;

**Практические:** упражнение, практикум.

В процессе занятий применяются различные методы обучения. При ознакомлении с техникой выполнения различных упражнений, преобладают словесные и наглядные методы. При разучивании, преобладают наглядные и практические методы. При совершенствовании, практические методы преобладают над остальными. Соответственно производятся инструктажи по технике безопасности, во время проведения занятий по общей физической подготовке.

**Формы обучения:** игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, экскурсии, народные приметы.



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

### **Формы образовательного процесса**

Учебный процесс может быть организован разнообразно. Существует целый комплекс форм его организации. Дети посещающие данные занятия, объединены общей целью, совместного совершенствования уровня физической подготовленности.

Исходя из специфики кружка по общей физической подготовке как предмета, для максимально эффективной работы, выбраны следующие **формы** учебных занятий: фронтальная, групповая, индивидуальная, игровая, парная и круговая. Фронтальная форма характеризуется выполнением всем составом группы одного и того же задания.

**Групповая** форма предусматривает одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий. Индивидуальная форма заключается в том, что учащимся предлагаются индивидуальные задания, которые выполняются самостоятельно.

**Круговая** форма предусматривает последовательное выполнение занимающимися серии заданий на специально подготовленных местах («станциях»). Игровая форма предусматривает выполнение заданий в процессе игры. Парная форма заключается в том, что задания выполняются в парах.

### **2.5.Условия обеспечения программы**

#### **Материально-технические условия**

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

- материальная база (кабинет, оборудование – столы, стулья, школьная доска меловая, доска магнитная, экран; спортивный зал, спортивная площадка, стадион, а также прилегающая территория)
- ноутбук или мультимедийная система.

##### **Информационное обеспечение**

- методическое обеспечение (наличие программы, наглядных пособий, технологических карт, инструкций, методических разработок, рекомендаций);
- презентации, изображения на электронном носителе для демонстрации изучаемого материала.

***Используемое оборудование:*** маты гимнастические, шведская стенка, мячи (футбольные, волейбольные, баскетбольные, теннисные;), кегли, гимнастические скамьи, гимнастические палки, гимнастический конь, гимнастический козел, гимнастические брусья, эстафетные палочки, гимнастический канат, волейбольная сетка, баскетбольные щиты, обручи, скакалки.

Данное оборудование используется в процессе занятий в различных формах (игровая, групповая, парная, круговая). Применяется для совершенствования уровня физической подготовленности.

### **Дистанционные образовательные технологии**

Реализация программы «Быстрее, выше, сильнее» возможно с применением дистанционных технологий в ходе педагогического процесса, при котором целенаправленное опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения на основе педагогически организованных информационных технологий. Основу образовательного процесса составляет целенаправленная и контролируемая интенсивная самостоятельная работа учащегося, который может учиться в удобном для себя месте, по расписанию, имея при себе комплект специальных средств обучения и согласованную возможность контакта с педагогом.

Основными задачами являются:

- интенсификация самостоятельной работы учащихся;
- предоставление возможности освоения образовательной программы в ситуации невозможности очного обучения (карантинные мероприятия);

- повышение качества обучения за счет средств современных информационных и коммуникационных технологий, предоставления доступа к различным информационным ресурсам

***Платформа для проведения видеоконференций:***

- Zoom

***Средства для организации учебных коммуникаций:***

- Коммуникационные сервисы социальной сети «ВКонтакте»
- Мессенджеры (Skype, Viber, WhatsApp)
- Облачные сервисы Яндекс, Mail, Google

**Кадровое обеспечение**

По данной программе работает педагог дополнительного образования

**2.6. Мероприятия воспитательной деятельности**

**Организация взаимодействия с родителями (законными представителями)**

Взаимодействие образовательной организации и семьи всегда была и остается в центре внимания. Современный педагог, обучающий и воспитывающий, наряду с родителями, становится очень значимым взрослым для ребенка, поэтому от его умения взаимодействовать с семьей учащегося во многом зависит эффективность формирования личности ученика.

**Задачи**, реализуемые в процессе сотрудничества с родителями (законными представителями):

- ознакомление родителей (законных представителей) с содержанием и методикой учебно - воспитательного процесса, организуемого школой;
- психолого-педагогическое просвещение родителей (законных представителей);
- вовлечение родителей (законных представителей) в совместную с детьми деятельность;

- корректировка воспитания в семьях отдельных учащихся.

**Формы работы:**

- индивидуальные беседы;
- консультации;
- родительское собрание;
- совместные соревнования;
- Эстафета «Быстрее! Выше! Сильнее!»
- мастер-классы.

МОУ Андреевская СШ

## **2.7.Список литературы**

### **Список литературы, рекомендованный педагогам (коллегам) для освоения данного вида деятельности.**

1. Букатов В.М. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. Москва , «Первое сентября», 2000. – 220 с.
2. Былеева Л.В., Сборник подвижных игр. – М. Физкультура и спорт, 1990.
3. Вакса О. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры»– Москва. Мир Книги, 2003.- 506 с.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М. Физкультура и спорт, 1985
5. Волина В. «Как себя вести» - Санкт-Петербург «Дидактика плюс», 2004.
6. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М. Физкультура и спорт, 1993.
7. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М. Физкультура и спорт, 2001
8. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М. Физкультура и спорт, 2000
9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.Физкультура и спорт,1991
- 10.Кульневич С.В Лакоценина Т.П. «Воспитательная работа в начальной школе» -Воронеж.: ТЦ «Учитель»,2006. 220 с.
- 11.Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.

### **Список литературы, рекомендованной обучающимся для успешного освоения данной образовательной программы.**

1. Букатов В.М. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. Москва , «Первое сентября», 2000. – 220 с.
2. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М. Физкультура и спорт, 1993
3. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М. Физкультура и спорт, 2000
4. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.

**Список литературы, рекомендованной родителям (законным представителям)**

1. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М. Физкультура и спорт, 1985
2. Кульневич С.В. Лакоценина Т.П. «Воспитательная работа в начальной школе» -Воронеж.: ТЦ «Учитель», 2006. 220 с.

**Интернет ресурсы:**

- 1) "физкультура в школе" - <http://www.fizkulturavshkole.ru/>
- 2) "Сайт учителей физической культуры "Физкультура на 5" - <http://fizkultura-na5.ru/>
- 3) Официальный сайт "ГТО" - <https://www.gto.ru/>
- 4) "Социальная сеть работников образования" - <https://nsportal.ru>