

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 18 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО
СОЮЗА ИОСИФА АКИМОВИЧА МИРОНЕНКО

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
протокол № 1

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 18
им. И.А.Мироненко
_____ Н.А.Сучкова
Приказ № 325 от «02» сентября 2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Общая физическая подготовка»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год, 68 часа

Возрастная категория: 7-10 лет

Состав группы: до 20 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется за счёт бюджетных средств

ID - номер Программы в Навигаторе: 62594

Автор-составитель:
Дейко Александр Алексеевич,
педагог дополнительного образования

город-курорт Анапа, 2024 г.

ПАСПОРТ
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности «ОФП»

Наименование муниципалитета	Муниципальное образование город-курорт Анапа
Наименование организации	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 18 имени героя Советского Союза Иосифа Акимовича Мироненко
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	62594
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «ОФП»
Механизм финансирования (бюджет, внебюджет)	Бюджет
ФИО автора (составителя) программы	Дейко Александр Алексеевич
Краткое описание программы	Программа направлена на привлечение детей к занятиям спортом и здоровому образу жизни
Форма обучения	очная
Уровень содержания	ознакомительный
Продолжительность освоения (объём)	1 год - 68 часа
Возрастная категория	7-10 лет
Цель программы	Укрепление здоровья обучающихся, развитие знаний, двигательных умений и навыков, повышение физической подготовленности детей.
Задачи программы	Предметные освоения обучающимися содержания программы по курсу ОФП являются следующие умения: представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять

	<p>отличительные признаки и элементы; выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.</p> <p>Личностные освоение обучающимися содержания курса являются следующие умения: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, возможность находить с ними общий язык и общие интересы.</p> <p>Метапредметными освоение обучающимися содержания программы по курсу ОФП являются следующие умения: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.</p>
Ожидаемые результаты	<p>Предметные освоить содержание программы по курсу ОФП являются следующие умения: представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;</p>

	<p>выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.</p> <p>Личностные освоить содержание курса следующие умения:</p> <p>активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</p> <p>проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</p> <p>проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;</p> <p>оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, возможность находить с ними общий язык и общие интересы.</p> <p>Метапредметными освоить содержание программы по курсу ОФП являются следующие умения:</p> <p>характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</p> <p>находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;</p> <p>общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.</p>
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Нет
Возможность реализации в сетевой форме	Нет
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	Нет
Материально-техническая база	<ol style="list-style-type: none"> 1. Гимнастические стенки - 6-8 шт. 2. Гимнастические скамейки - 3-4 шт. 3. Гимнастические маты - 10 шт. 4. Скакалки - 30 шт. 5. Мячи набивные (масса 1 кг) – 10 шт. 6. Мячи волейбольные - 20 шт. 7. Мячи баскетбольные - 20 шт. 8. Мячи футбольные - 20 шт. 9. Мячи теннисные - 20 шт. 10. Рулетка-2 шт. 11. Конусы – 20 шт.

Содержание

1.	Титульный лист программы	1
1.1.	Нормативно-правовая база	6
Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»		
2.	Пояснительная записка программы	7
2.1.	Направленность	7
2.2.	Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	7
2.3.	Формы обучения	9
2.4.	Режим занятий	9
2.5.	Особенности организации образовательного процесса	9
3.	Цель и задачи программы	9
4.	Учебный план	11
5.	Содержание программы	11
6.	Планируемые результаты	13
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»		
7.	Календарный учебный график	15
8.	Раздел программы «Воспитание»	19
9.	Условия реализации программы	20
10.	Формы аттестации	21
11.	Оценочные материалы	21
12.	Методические материалы	22
	Список литературы	23

Нормативно-правовое основание проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, Москва, 2015 г. – Информационное письмо 09-3242 от 18.11.2015 г.

7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, Краснодар, 2020 г. – Информационное письмо 47.01-13-6067/20 от 24.03.2020 г.

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

2. Пояснительная записка

2.1. Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Физкультурно-спортивная направленность программы «ОФП»: является хорошей школой физической культуры и проводится с целью укрепления здоровья и закалывания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой; приобретения инструкторских навыков и умения самостоятельно заниматься физической культурой; формирования моральных и волевых качеств. В группах секции осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности.

Дополнительная общеобразовательная программа «Общая физическая подготовка» (далее - ОФП) имеет физкультурно-спортивную направленность, так как нацелена на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

2.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Актуальность программы

Освоение ДОП «ОФП» должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни; формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретает опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается изучение данного вида спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации. В процессе освоения данной программы обучающиеся формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность программы проявляется в том, что в объединении особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса. В своей реализации программа ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении, помогает в решении задач здоровье сбережения.

Занятия физическими упражнениями развивают в детях такие качества, как выносливость, скорость и координацию. Занятия спортивными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе. Развитие этих качеств, в свою очередь, способствует успешному выполнению учебных программ. Программа модифицирована, составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учетом примерной программы по учебному предмету «Физическая культура» (авторы М.Я. Виленский, В.И. Лях).

Отличительные особенности

Отличительной особенностью программы является то, что по сути своей она способствует формированию у учащихся таких универсальных учебных действий, как коммуникативные, познавательные и личностные. Основная идея программы – определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма; вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности. В отличие от общеобразовательной, программа ДОП «ОФП» направлена на развитие навыков определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма, но и вооружает учащихся знаниями о ценности здорового и безопасного образа жизни и дает уникальный опыт их отработки на занятиях в рамках дополнительного образования.

Адресат программы – возраст обучающихся, участвующих в реализации программы – 7-10 лет (1-4 классы). В объединение принимаются все дети, которые проявляют интерес к спорту, основной и подготовительной

медицинских групп не имеющих противопоказаний по медицинским показателям,

Количество учащихся.

Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

В группе до 20 человек.

2.3.Форма обучения: очная.

Уровень программы – ознакомительный.

2.4.Режим занятий: занятия проводятся один раз в неделю по два академических часа (продолжительность одного часа 40 мин).

2.5.Формы организации образовательного процесса (индивидуальные, групповые, работа в парах) и виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают:

- практические занятия,
- игры.

Срок реализации программы – 1 год (34 недели).

Объем программы – 68 часа.

3. Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Цели программы: укрепление здоровья обучающихся, развитие знаний, двигательных умений и навыков, повышение физической подготовленности детей при одновременном развитии их умственных способностей, формирование стремления к здоровому образу жизни;

удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами являются:

Предметные освоения обучающимися содержания программы по курсу ОФП являются следующие умения:

- ✓ представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- ✓ оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- ✓ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- ✓ бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- ✓ организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

✓ в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

✓ находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

✓ выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

✓ применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Личностные освоение обучающимися содержания курса являются следующие умения:

✓ активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

✓ проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

✓ проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

✓ оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, возможность находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными освоение обучающимися содержания программы по курсу ОФП являются следующие умения:

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

✓ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

✓ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

4. Учебный план программы и его содержание

Учебный план.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего, час	Количество часов учебных занятий		Формы аттестации/контроля
			Теоретические	Практические	
1.	Вводное занятие. Теоретическая часть	1	1	-	опрос тестирование
2.	Легкоатлетические упражнения.	16	2	14	учебная игра
3.	Подвижные игры.	36	2	34	учебная игра
4.	Спортивные игры.	14	2	12	учебная игра
5.	Тестирование	1		1	тестирование
	Итого:	68	7	61	

5. Содержание программы

Раздел № 1. Вводное занятие. Теоретическая часть

Теория. Предусматривает ознакомление с правилами внутреннего распорядка в учебном заведении, в объединении и программой обучения. Знакомство с детьми. Техника безопасности.

Раздел № 2 Легкоатлетические упражнения

Теория. Режим дня школьника. Закаливание организма.

Практика. Бег, прыжки и метания, будучи естественными видами движений, занимают одно из главных мест в физическом воспитании. Применяя эти упражнения, педагог решает две задачи. Во-первых, он содействует освоению основ рациональной техники движений. Во-вторых, обогащает двигательный опыт ребенка, используя для этого всевозможные варианты упражнений и условия их проведения. В результате учащиеся приобретают основы умений бега на короткие и на длинные дистанции, прыжков в длину и в высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

Раздел № 3 Подвижные игры

Теория. Подвижные игры являются незаменимым средством решения взаимосвязанных задач воспитания личности учащегося, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Основные приемы техники игры в нападении и защите. Индивидуальные тактические действия и простейшие взаимодействия игроков в защите и нападении.

Практика. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень». Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойка волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии), сидя, лежа лицом вверх и вниз в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.

Раздел № 4 Спортивные игры

Теория. Правила игр: футбол, волейбол, баскетбол.

Практика.

«Футбол». Ведение и обводка. Передачи мяча. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Удары по мячу. Игра вратаря. Тактика: защита, нападение. Игра на счёт.

«Волейбол». Поддача мяча. Прием и передача мяча.

«Баскетбол». Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Групповые тактические действия в нападении и защите. Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра.

Раздел 5. Тестирование.

Бег по дистанции 30м, 60м., 1000м. Выполняется с высокого старта. Включение секундомера по первому движению игрока, а финиш по общепринятым правилам

Бег 20 м с ведением мяча. Выполняется со стартовой линии. При включении секундомера по первому движению игрока.

Прыжок в длину с места, с разбега. Выполняется толчком двух ног. Для большей точности измерения пяточный край подошвы смазывается мелом.

Оставленный на полу след фиксирует место приземления от обозначенной для прыжка линии.

Метание мяча на дальность стоя и в цель. Метание производится с места стартовой линии сильнейшей рукой в коридор.

Передача мяча в парах (30 сек.) Расстояние от игроков 3-5 метров. Передачи выполняются по включению секундомера. Передачи должны быть выполнены точно в руки.

6. Планируемые результаты:

Предметные освоить содержание программы по курсу ОФП являются следующие умения:

представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Личностные освоить содержание курса следующие умения:

активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, возможность находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными освоить содержание программы по курсу ОФП являются следующие умения:

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

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

**Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий,
включающий формы аттестации»**

7. Календарный учебный график по ОФП 1-3 классы

Дата начала учебного периода – 20.09.2024 года

Дата окончания учебного периода – 22.05.2025 года

Количество учебных недель – 34

Время проведения занятий – вторник 17.30 – 19.00.

Календарный учебный график

п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	24.09	Техника безопасности на занятиях ОФП. Бег. Подвижная игра «Вызов номеров»	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Опрос Текущий
2.	01.10	Бег на 60 м (с). Прыжок в длину с места. ВФСК «ГТО» Подвижная игра «Мышеловка»	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
3.	08.10	Прыжок в длину с места. Бег на 1 км (мин, с). ВФСК «ГТО»	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
4.	15.10	Прыжок в длину с места. ВФСК «ГТО» Подвижная игра «Охотники и утки».	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
5.	29.10	ОРУ. Подтягивание из виса на высокой перекладине. ВФСК «ГТО» Подвижная игра «Третий лишний»	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
6.	05.11	Медленный бег. Подвижная игра	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион	Текущий

		«Метко в цель» Эстафеты				МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	
7.	12.11	Метание мяча весом 150 г (м). <i>ВФСК «ГТО»</i> Подвижная игра «Удочка» Челночный бег	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
8.	19.11	Прыжки на скакалке. Подвижная игра «Метко в цель».	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
9.	26.11	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. <i>ВФСК «ГТО»</i> Эстафеты.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
10	03.12	Подтягивание из виса на высокой перекладине. <i>ВФСК «ГТО»</i> Подвижные игры с мячом.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
11	10.12	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. <i>ВФСК «ГТО»</i> Подвижные игры.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
12	17.10	Прыжки на скакалке. Подвижная игра «Метко в цель». Вис на перекладине. Эстафеты без предметов.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
13	24.10	Поднимание согнутых ног. Лазанье на шведской стенке. Подвижная игра «Тяни в круг».	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
14	05.12	Прыжки на длинной	2	Вторник	очная	стадион	Текущий

		скакалке. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах». Преодоление полосы препятствий. Эстафеты.		17.30– 19.00		МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	
15	14.01	Лазанье на гимнастической скамейке. Подвижные игры на внимание.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
16	21.01	Передача мяча одной, двумя руками. Подвижные игры с в/б мячом	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
17	28.01	Передача мяча в парах и через сетку.Приём и передача мяча.Подвижные игры с в/б мячом.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
18	04.02	Приседания с набивным мячом.Перепрыгивание препятствий. Подвижные игры с мячом	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
19	11.022	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. ВФСК «ГТО» Подвижные игры с мячом.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
20	18.02	Поднимание туловища. Подвижная игра «Удочка»«Космонавты»Эстафеты.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
21	25.02	Челночный бегПодвижная игра «Волк во рву». «Коршун и наседка»Перестрелка.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
22	04.03	ОРУ с предметами.	2	Вторник	очная	стадион	Текущий

		Подвижные игры с мячом		17.30– 19.00		МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	
23	11.03	ОРУ без предметов. Подвижные игры.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
24	18.03	ОФП. Поднимание, опускание туловища за 30сек. Подвижная игра «С кочки на кочку».	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
25	25.03	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. ВФСК «ГТО» Эстафеты с мячом б/б	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
26	01.04	Игры с элементами Акробатики.«Салки-догонялки». Полоса препятствий.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
27	08.04	Эстафеты «Гладкий бег», «Мяч и обруч». «Вызов номеров» Линейные эстафеты.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
28	15.04	ОФП. Прыжок в длину с места. ВФСК «ГТО» Эстафеты.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
29	22.04	ОФП. Поднимание, опускание туловища за 30сек. Подвижная игра «С кочки на кочку».	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Мироненко	Текущий
30	29.04	Челночный	2	Вторник	очная	стадион	Текущий

		бег.Метание мяча весом 150 г (м). <i>ВФСК</i> «ГТО» Подвижные игры с в/б мячом		17.30– 19.00		МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	
31	06.05	.Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. <i>ВФСК</i> «ГТО» Подвижная игра «Перетягивание в парах».	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
32	13.05	Строевые приёмы. Прыжок в длину с места. <i>ВФСК</i> «ГТО» Эстафеты.	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
33	20.05	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу. <i>ВФСК</i> «ГТО» Эстафеты с мячом б/б	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
34	27.05	.Подтягивание из вися на высокой перекладине. <i>ВФСК</i> «ГТО» Подвижная иг	2	Вторник 17.30– 19.00	очная	стадион МБОУ СОШ № 18 им.И.А.Ми роненко	Текущий
		Итого	68				

8.Раздел программы воспитание

Цель и задачи воспитательной работы:

Цель: овладение представлениями о базовых ценностях, а также выработанных обществом нормах и правилах поведения, приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Задачи:

- ознакомить с символикой Российской Федерации, воспитать у детей чувства патриотизма, уважения к своей Родине;
- воспитать любви к родному краю, народным традициям, культуре своего народа, православной истории;

- ознакомить детей с семейными ценностями, воспитывать любовь и уважение к родителям, старшим, воспитание заботливости, чувства сопереживания;

- укрепить здоровье, приобщить к здоровому образу жизни, развитие двигательной и гигиенической культуры детей, формирование экологической культуры;

- развить гуманистическое отношение детей к миру, воспитать культуру общения, эмоциональной отзывчивости и доброжелательности к людям;

- приобщить детей, к спорту и развивать спортивный интерес.

Приоритетные направления деятельности:

- Общекультурное

- Духовно – нравственное

- Здоровьесберегающее

- Социальное

- Гражданско – патриотическое и правовое воспитание

Условия организации воспитания

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности на учебной базе реализации программы в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также в спортивном зале и уличной площадке с учетом установленных правил и норм деятельности. Эффективность воспитательной работы во многом зависит от активности спортсмена. Принятие личных комплексных планов, в которых учащиеся формулируют поставленные перед собой задачи. При решении задач по сплочению спортивного коллектива и воспитанию чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск плакатов, тематические беседы, вечера отдыха и праздники.

Календарный план воспитательной работы.

№	Название мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения	Практический результат, подтверждающий успешное достижение цели события
1	Эстафета с родителями	декабрь	Эстафета	Фото и видео о проведении мероприятия
2	Каникулы с пользой	январь	Поход	Фото и видео о проведении мероприятия
3	Показательное выступление на празднике, посвященном 23 февраля	февраль	Показательное выступление	Фото и видео о проведении мероприятия
4	Эстафета, посвященная 8 марта	март	Эстафета	Фото и видео о проведении мероприятия

9. Условия реализации программы:

Материально–техническая база:

Для проведения занятий в школе есть спортивный зал и спортивная площадка.

Для проведения занятий необходимо иметь следующее **оборудование и инвентарь:**

1. Гимнастические стенки - 6-8 шт.
2. Гимнастические скамейки - 3-4 шт.
3. Гимнастические маты - 10 шт.
4. Скакалки - 30 шт.
5. Мячи набивные (масса 1 кг) – 10 шт.
6. Мячи волейбольные - 20 шт.
7. Мячи баскетбольные - 20 шт.
8. Мячи футбольные - 20 шт.
9. Мячи теннисные - 20 шт.
10. Рулетка-2 шт.
11. Конусы – 20 шт.

Кадровое обеспечение. Данную программу реализует педагог дополнительного образования, Дейко Александр Алексеевич.

10. Формы аттестации

Для полноценной реализации ознакомительной программы используется **итоговая аттестация:**

Форма аттестации - контрольный урок в форме практического выполнения заданий или соревнования.

Форма фиксации - лист наблюдений с результатами в виде отметок: зачет «+», либо незачет «-».

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, протокол соревнований, фото, мониторинг образовательной деятельности.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, аналитическая справка, учебная игра, соревнование, грамоты, материал тестирования.

Аттестация

Аттестация проводится по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «ОФП» в виде итоговой аттестации, которая является частью учебного плана (в виде практического тестирования).

11. Оценка планируемых результатов

Оценочные материалы

Включают перечень диагностических методик, позволяющих определить уровень усвоения учащимися программного материала формирование УУД и личностного развития учащихся. Используются методы наблюдения, итоговый контроль, тестирование, опрос, соревнования, игра.

Перечень диагностических методик

Индивидуальная беседа. Индивидуальная беседа с учеником предполагает прямые или косвенные вопросы о мотивах, смысле, цели учения. Лучше, если беседа проводится в профилактических целях, а не после выявления неблагополучия в мотивации. Умело проведенная обучающая беседа с 5 элементами проблемного изложения обладает большой диагностической ценностью. Для её усиления необходимо заранее заложить в структуру беседы комплексы диагностических заданий и вопросов, продумать формы и средства фиксации, обработки и анализа ответов учащихся.

Тесты. Тест – краткое стандартизированное испытание, в результате которого делается попытка оценить тот или иной процесс. Тестирование – наиболее подходящая измерительная технология – самая эффективная в ситуациях массового оценивания учебных достижений.

Наблюдение. Наблюдение как метод педагогической диагностики необходимо для сбора фактов в естественной обстановке. Научно обоснованное наблюдение отличается от обычной фиксации фактов: оно сочетается с воздействием на ребёнка, с его воспитанием (фиксируется прежде всего реакция обучающего на различные воспитательные влияния).

12.Методические материалы

На занятиях используются:

- методы организации деятельности: репродуктивный, наглядный;
- методы воспитания: положительный пример, соревновательный;
- методы стимулирования: поощрение, одобрение, награждение.

В процессе обучения применяются образовательные технологии игровой деятельности. Именно игра позволяет вызвать подъем активности, создает условия для мобилизации всех возможностей обучающегося. Игровая технология позволяет включить учащихся в самостоятельное освоение всех этапов игры – от самостоятельного чтения правил игры, разъяснения правил членам команды, ведения игры до подведения итогов. От того, насколько верно, внимательно прочитаны и усвоены правила игры, зависит ее исход. Педагогика сотрудничества – эта одна из технологий личностно-ориентированного обучения, которая основана на принципах:

- взаимозависимость членов группы;
- личная ответственность каждого члена группы за собственные успехи и успехи группы;
- совместная учебно-познавательная деятельность в группе;
- общая оценка работы группы.

Список литературы

Для учителя:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2015. Раздел 3. X-XI классы. Часть1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы) Часть111. Внеклассная работа. Спортивные секции. (Авторы программы: доктор педагогических наук В. И. Лях и кандидат педагогических наук А. А. Зданевич).
2. Г. И. Погодаев, Настольная книга для учителей физической культуры. – М.: ФиС, 2007.
3. Программа «Физкультура от 3 до 17». Автор Щербаков В.П.
4. Программно-методическое пособие «Расту здоровым». Автор Зимонина В.Н.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
6. Рунова М.А., Бутилова А.В. Ознакомление с природой через движение.

Для детей:

1. Сивачева Л. Н. Физкультура - это радость.
2. Маханева М. Д. С физкультурой дружить - здоровым быть.