


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ПАРУС»

Рассмотрено и одобрено на заседании  
Педагогического совета  
МБОУ ДО ЦДТТ «Парус»  
Протокол № 4 от «26» мая 2023 года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ДО ЦДТТ «Парус»  
П.П. Черненко  
Приказ № 91-у от «26» мая 2023 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ»**

**«ОФП»**

**Уровень программы:** базовый

*(ознакомительный, базовый или углублённый)*

**Срок реализации программы:** 1 год - 216 час.

**Возрастная категория:** от 7 до 15 лет

**Состав группы:** до 20 человек

**Форма обучения:** очная, очно-заочная, дистанционная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется:** на бюджетной основе

**ID-номер программы в Навигаторе:** 4184

**Автор-составитель:**

*Пивоварова Нина Алексеевна  
педагог дополнительного образования*

г. Краснодар, 2023 год

<b>Содержание</b>		
№ п/п	Название раздела	Страницы
<b>1.</b>	<b>Раздел №1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»</b>	<b>4</b>
1.1.	Пояснительная записка	4
1.1.1.	Направленность программы	5
1.1.2.	Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	5
1.1.3.	Отличительной особенностью	5
1.1.4.	Адресат программы	5
1.1.5.	Уровни программы, объем и сроки реализации	6
1.1.6.	Форма обучения	6
1.1.7.	Режим занятий	7
1.1.8.	Особенности организации образовательного процесса	7
1.2.	Цель и задачи программы	9
1.3.	Содержание программы	10
1.3.1.	Учебный план	10
1.3.2.	Содержание учебного плана	11
1.3.3.	Планируемые результаты программы	13
<b>2.</b>	<b>Раздел №2. «Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации»</b>	<b>15</b>
2.1.	Календарный учебный график программы	15
2.2.	Условия реализации программы	15

2.3.	Формы аттестации	17
2.4.	Оценочные материалы	18
2.5.	Методические материалы	19
2.6.	Рабочая программа воспитания	22
2.6.1	Календарный план воспитательной работы	28
2.7.	Список литературы	34
2.7.1.	Список литературы для педагога	34
2.7.2.	Список литературы для детей	34
	Приложение 1	36
	Приложение 2	41
	Приложение 3	44
	Приложение 4	45
	Приложение 5	49

## **Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

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

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 года протоколом заседания президиума при Президенте РФ.

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года.

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

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

8. Приказ Минтруда и социального развития Российской Федерации от 22 сентября 2021 года №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 17 декабря 2021 года, регистрационный № 66403).

9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». (зарегистрирован Минюстом 18 декабря 2020 года, регистрационный № 61573).

10. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (2020 год).

**1.1.1. Направленность программы:** «ОФП» программа физкультурно-спортивной направленности.

Данная программа направлена на углубленное изучение элементов акробатики и гимнастики, с которой ученики познакомились на уроках физической культуры и проявили интерес к этому виду спорта.

**1.1.2. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы.**

За последние годы динамика здоровья детей характеризуется неблагоприятными тенденциями. Это объясняется экономическими трудностями, ростом социальной напряжённости и другими факторами. Стресс и подверженность различным заболеваниям стали постоянными спутниками жизни старшего и подрастающего поколения. Недостаточная двигательная активность детей на уроках физической культуры в школах делает дополнительные занятия в секциях, кружках и студиях просто необходимыми. Система дополнительного образования детей, получившая широкое развитие в нашей стране, приоритетной задачей ставит физическое развитие и духовно-нравственное воспитание детей. Поэтому комфортные условия ребёнка в семье, в учебном заведении, в группе неформального общения важно для социальной защищённости детей, формирования здорового образа жизни.

**Новизна** обучающей программы в том, что здесь соединяются развитие физических качеств с элементами акробатики в одном тренировочном цикле. Также занятия проводятся для всех детей, вне зависимости от антропометрических данных, которые предъявляются к детям в спортивных школах.

**Актуальность** программы, связана с использованием нетрадиционных разнообразных средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей, позволяющих насытить образовательный процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, которая является мощным фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка.

Именно здоровье – важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, воли, дарований и природных способностей.

**Педагогическая целесообразность** в том, что акробатические упражнения весьма универсальны и доступны как средство индивидуальных занятий физической культурой дома и в учреждениях дополнительного образования. Акробатика позволяет поддержать необходимый уровень

развития целого ряда двигательных качеств и способностей, связанных с выполнением прыжков, вращений, равновесия. Акробатика – цельное средство развития смелости, решительности, ловкости.

**1.1.3. Отличительная особенность программы** в том, что происходит комплексное развитие всех физических качеств, спортивная акробатика, развивает, вовлекает школьников в занятия, углубляются навыки, полученные на уроках физической культуры, дети занимаются в комфортных условиях, так как знают друг друга по школе.

#### **1.1.4 Адресат программы.**

Дети 7-15 лет с разным уровнем интеллектуального развития, имеющие разную социальную принадлежность, пол и национальность. В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Строгий отбор при приеме не производится, так как способности к освоению обучающего материала могут проявиться не сразу, только в процессе обучения, и очень часто хорошие практические результаты показывают обучающиеся, ничем себя не проявляющие на начальном этапе обучения.

Наполняемость группы: до 20 человек.

Условия приема детей: запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

#### **1.1.5. Уровни программы, объем и сроки реализации**

**Уровень программы** - ознакомительный.

**Объем программы** – 216 ч.

**Сроки реализации** программы – 1 год.

#### **1.1.6. Форма обучения**

Форма обучения: очная, предусматривающая одновозрастные и разновозрастные группы учащихся, дифференцированный и индивидуальный подход.

В программе предусмотрено использование сетевой и (или) комбинированной формы реализации.

При определённых условиях (отмена занятий в очной форме по

санитарно-эпидемиологическим основаниям, временная удалённость учащегося и т.д.) программа частично может быть реализована дистанционно.

Дистанционная форма обучения предполагает занятия через сеть Интернет в режиме реального времени при помощи VK Мессенджер «Сферум», Telegram или в режиме офлайн с применением мессенджера Telegram и электронной почты.

#### **1.1.7. Режим занятий**

Общее количество часов в год - 216 часов.

Количество часов в неделю - 6 часа.

Продолжительность занятий для детей 7-15 лет не более 40 минут.

Занятия по Программе предполагают наличие здоровьесберегающих технологий: организационных моментов, динамических пауз, коротких перерывов, проветривание помещения, физкультминутки. Во время занятий предусмотрены 10 минутные перерывы. Программа включает в себя теоретические и практические занятия.

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утверждённым Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Занятия проходят в групповой, индивидуальной и коллективной форме. Каждое занятие состоит из теоретической и практической частей. При проведении занятий строго соблюдаются санитарно-гигиенические нормы, время выполнения заданий на компьютере, проводятся физкультминутки и динамические паузы, обязательна перемена между занятиями.

При использовании дистанционных образовательных технологий длительность занятий определяется гигиеническими требованиями к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.

#### **1.1.8. Особенности организации образовательного процесса.**

В соответствии с календарным учебным графиком, в сформированных группах детей одного возраста или разновозрастных группах, являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный.

Занятия проводятся в группах и индивидуально, а также возможна организация занятий в дистанционном - в режиме реального времени при

помощи VK Мессенджер «Сферум», Telegram или в режиме офлайн с применением мессенджера Telegram и электронной почты.

**Групповое обучение** - традиционное занятие с объяснением нового материала на доске, с флеш-карты на экране телевизора, беседа, отработка общего навыка; праздники, экскурсии, выездные ознакомительные мероприятия вне учебного класса;

**индивидуальная работа** - выполнение самостоятельных работ, подготовка индивидуального проекта, сбор данных для портфолио, и т.д.

Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья могут быть разработаны особые индивидуальные учебные планы и формы занятий, в т. ч., с применением дистанционных образовательных технологий.

При реализации программы учитываются возрастные особенности учащихся, материал по каждой теме дифференцирован с учетом интересов и развития ребенка - то есть, в каждой теме существуют более легкие, и более трудные задания.

Реализация программы «ОФП» основывается на обще-дидактических принципах научности, преемственности, системности, связи теории с практикой, доступности, результативности. При разработке данной программы особо актуальными стали следующие принципы.

1) *Принцип практической ориентации*: отобрано содержание, направленное на решение практических технических, художественных и коммуникативных задач.

2) *Принцип эвристической среды* означает, что в социальном окружении доминируют творческие начала при организации деятельности, при этом творчество рассматривается как универсальный критерий оценки личности и отношений в коллективе.

3) *Принцип проектности* предполагает последовательную ориентацию всей деятельности педагога на подготовку и выведение ребенка в самостоятельное проектное действие, развертываемое в логике замысел – реализация – рефлексия. В ходе проектирования перед человеком всегда стоит задача представить себе еще не существующее, но то, что он хочет, чтобы появилось в результате его активности. Если ему уже задано то, к чему он должен прийти, то для него нет проектирования. В логике действия данного принципа в программе предусматриваются индивидуальные и коллективные творческие проекты подростков.

4) *Принцип патриотической направленности* предусматривает обеспечение субъективной значимости для детей идентификации себя с Россией, российской культурой, природой родного края. Реализация этого



принципа предполагает использование эмоционально окрашенных представлений (образы политических, этнокультурных, эстетических явлений и предметов; собственных действий по отношению к Отечеству, стимулирование переживаний, которые ориентируют ребенка на действия, приносящие благо Отечеству).

Программа разработана на основе модульного подхода (ФЗ №273, ст.13, п.3; Порядок №196, п.10) и состоит из четырех модулей (разделов). Каждый модуль (раздел) представляет собой относительно самостоятельные дидактические единицы (части образовательной программы). Все модули программы взаимосвязаны друг с другом и объединены единой целью дополнительной образовательной общеразвивающей программы.

Содержание программы формируется с учетом сохранения преемственности образовательных частей. В программе учитываются возрастные особенности учащихся, изложение материала строится от простого к сложному. Содержание заданий может быть скорректировано в связи с участием в мероприятиях, выставках или в программу могут быть включены дополнительные задания: соответствующие тематике определенной выставки или конкурса; при работе над междисциплинарными проектами.

Некоторые из заданий (по выбору педагога) могут быть изменены в ходе экспериментально-поисковой работы. При организации образовательного процесса педагог учитывает специфику конкретной учебной группы (успеваемость, творческая активность, предпочтения детей).

При возникновении обоснованной необходимости, например, в период режима «повышенной готовности», программа может реализовываться с использованием дистанционных технологий или с использованием электронного обучения.

Использование перечисленных средств обучения возможно не только с обязательным участием педагога, но и при самостоятельной работы по освоению изучаемого материала, что особенно важно при пропусках занятий или реализации индивидуальной образовательной траектории.

## **1.2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

**Цель** учебной программы – приобщение детей к активным занятиям ОФП.

**Задачи** работы с учащимися рассмотрены в рамках данной программы

в нескольких аспектах:

*образовательные:*

- формировать познавательный интерес и желание заниматься спортом;
- обучить основным гимнастическим положениям и движениям рук, ног, туловища;

*личностные:*

- развивать общие физические качества: силу, гибкость, координацию движений, ловкость, выносливость и формировать правильную осанку;
- развивать умение сочетать свои движения с музыкой.

*метапредметные:*

- воспитать личностные качества: волю к победе, стремление к самореализации, к достижению цели;
- воспитать культуру движения, ее красоту, выразительность.

### **Планируемые результаты реализации программы:**

*предметные:*

- знание основных гимнастических положений и движений рук, ног, туловища;
- освоение техники выполнения акробатических элементов начальной подготовки;
- знание правил подвижных игр;
- знание ТБ при выполнении акробатических и гимнастических элементов;

*личностные:*

- развитие общих физических качеств: силы, гибкости, координации движений, ловкости, выносливости и формирование правильной осанки;
- умение сочетать свои движения с музыкой;
- становление личностных качеств: воли к победе, стремления к самореализации, к достижению цели;
- воспитание культуры движения, ее красоты, выразительности.

*метапредметные:*

- умение работать в команде;
- умение выявлять и исправлять ошибки;
- умение грамотно распределять учебное время.

### **1.3. Содержание программы**

### 1.3.1. Учебный план программы

№ п/п	Темы:	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации и контроля
1.	Вводное занятие. ТБ.	3	1	2	Текущий контроль, промежуточная, итоговая аттестация
2.	Основы знаний о строении организма, о влиянии физических упражнений.	6	6	–	
3.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.	6	6	–	
4.	Гимнастика.	57	9	48	
5.	Легкая атлетика.	30	6	24	
6.	Акробатика.	81	12	69	
7.	Подвижные игры.	30	6	24	
8.	Подведение итогов.	3	1	2	
	Итого:	216	47	169	

В программу могут вноситься необходимые коррективы в соответствии с местными условиями и возможностями, может изменяться количество часов на изучение отдельных тем, а также их последовательность в рамках конкретного модуля (раздела).

### 1.3.2. Содержание учебного плана

#### **I. Вводное занятие. ТБ. 3 ч.**

1.1. Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.

#### **II. Основы знаний о строении организма, о влиянии физических упражнений. 6ч.**

2.1. Анатомия человека;

2.2. Спортивная морфология.

#### **III. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль. 6 ч.**

3.1. Физиологические исследования в учебном процессе;

3.2. Технология движения.

#### **IV. Гимнастика. 57 ч.**

4.1. Основы знаний. (*Физические способности человека (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость)*).

4.2. Анатомические основы знаний, телосложение человека;

4.3. Мышечный аппарат человека, питание.

*Общая физическая подготовка*

4.4. Ознакомление обучающихся, упражнениям с предметом, техника их исполнения, основные понятия: ходьба, бег.

4.5. Техника выполнения упражнений для рук и ног.

- 4.6. Техника выполнения упражнений для туловища, шеи и спины.  
4.7. Упражнения для ног в положении сидя и лежа на полу.  
4.8. Упражнения для спины на полу.  
4.9. Общеразвивающие упражнения для развития двигательных качеств;

*Базовая техническая подготовка*

- 4.10. Упражнения на развитие осанки, гибкости в партере.  
*(Шпагаты: поперечный, на правую ногу, на левую ногу, упражнения на равновесие (на одной и на двух ногах)).*

*Специальная техническая подготовка*

- 4.11. Упражнения на равновесие (стоя на двух, стоя на одной ноге).

- 4.12. Силовые упражнения (с гантелями). упражнения для пресса.

- 4.13. Упражнения со скакалкой («восьмерка», оббивание, прыжки на двух ногах, бег со вращением скакалки вперед и назад).

- 4.14. Упражнения на растягивание мышц задней поверхности голени;

- 4.15. Упражнения растягивание мышц передней поверхности бедра;

- 4.16. Упражнения растягивание мышц задней поверхности бедра; растягивание внутренних мышц бедра.

- 4.17. Упражнения для мышц спины; для мышц шеи.

- 4.18. Упражнения для растягивания мышц живота

- 4.19. Упражнения для мышц боковой части туловища;

**V. Лёгкая атлетика. 30 ч.**

- 5.1. Вводные: физическая культура и спорт в России, гигиена, места для проведения занятий, Т.Б;

- 5.2. – 3. Основы техники и тактики в лёгкой атлетике;

- 5.4. – 5. Изучение техники спортивной ходьбы; *(Ознакомление с техникой, изучение движений ног и таза, изучение работы рук в сочетании с движениями ног);*

- 5.6. – 7. Изучение техники бега, разновидности бега; *(Ознакомление с техникой, изучение движений ног и таза, изучение работы рук в сочетании с движениями ног. Низкий старт, стартовый разбег);*

- 5.8. Опасные факторы на занятиях по лёгкой атлетике;

- 5.9. Спортивный материал, одежда, песок (инструменты);

- 5.10. Разновидности прыжков в длину.

**VI. Акробатика. 30 ч.**

6.1. Техника безопасности на занятиях по акробатике, акробатический словарь;

6.2. Разновидности дисциплин по акробатике;

6.3. Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь, спортивный массаж.

6.4. Оборудование и инвентарь для занятий акробатикой.

6.5. Планирование спортивной тренировки.

### **VII. Подвижные игры. 81 ч.**

7.1. Подвижные игры в системе физического воспитания обучающихся.

7.2. Структура занятия в объединении «ОФП» – подвижные игры;

7.3. Этапы и методика проведения подвижных игр;

7.4. Подвижная игра Волейбол;

7.5. Подвижная игра Баскетбол;

7.6. – 7. Подвижная игра Футбол;

7.8. Подвижная игра Гандбол;

7.9. Подвижная игра Настольный теннис;

7.10. Правила подвижных игр, методика судейства, организация соревнований

### **VIII. Подведение итогов. 3 ч.**

8.1. Заключительное занятие, награждение, планы на лето.

#### **1.3.3. Планируемые результаты.**

##### **Предметные:**

– знание основных гимнастических положений и движений рук, ног, туловища;

– освоение техники выполнения акробатических элементов начальной подготовки;

– знание правил подвижных игр;

– знание ТБ при выполнении акробатических и гимнастических элементов;

– углубление освоения акробатических элементов.

##### **Личностные:**

– развитие общих физических качеств: силы, гибкости, координации движений, ловкости, выносливости и формирование правильной осанки;

– умение сочетать свои движения с музыкой;

- становление личностных качеств: воли к победе, стремления к самореализации, к достижению цели;
- воспитание культуры движения, ее красоты, выразительности.

**Метапредметные:**

- умение работать в команде;
- умение выявлять и исправлять ошибки;
- умение грамотно распределять учебное время.

**Учащиеся должны знать:**

- Санитарно-гигиенические требования к занятиям в секции;
- О основных способах и особенностях движения и передвижений человека;
- О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем;
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- О причинах травматизма и правилах его предупреждения;
- Понимать, как правильно осуществляется самоконтроль за состоянием организма.

**Учащиеся должны уметь:**

- Использовать самоконтроль за состоянием здоровья;
- Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики;
- Составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, быстроты и ловкости;
- Взаимодействовать с ребятами в процессе занятий ОФП.
- Владеть техникой перемещений во время игры;
- Подавать, вести, принимать и передавать мяч во время спортивных игр с мячом;
- Использовать различные тактические действия.

## **Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации»**

### **2.1. Календарный учебный график**

Составляется на каждую группу и каждый учебный год и прикрепляется в электронном виде в Сетевой город. (Примерный календарный учебный график представлен в Приложении № 5).

### **2.2. Условия реализации программы.**

#### **Использование педагогических технологий.**

Структура занятий выстроена с учетом здоровьесберегающих технологий. Занятия проводятся при постоянной смене деятельности. Используются информационно-развивающие технологии – сообщение, рассказ, информационные технологии для самостоятельной работы. Применяются личностно-ориентированные развивающие педагогические технологии – позволяющие усложнять задания опережающим программу детям, упрощать работу менее подготовленным детям.

**Методы обучения**, используемые педагогом во время проведения занятий:

Словесный метод – используется на каждом занятии в виде лекции, беседы, рассказа, изложения нового материала, закрепление пройденного материала.

Самостоятельная творческая работа – самостоятельность, развивает воображение.

Коллективная работа – один из методов. Приучающих обучающихся справляться с поставленной задачей сообща, учитывать мнение окружающих. Способствует взаимопониманию между членами группы, созданию дружественной обстановки.

Репродуктивный метод – используется педагогом для наглядной демонстрации способов работы, выполнения отдельных её элементов при объяснении нового материала.

Методические приёмы могут быть использованы при более углублённом изучении дидактических разработок.

По каждой разработке есть методические рекомендации по использованию соответствующих методов и приёмов.

Большую помощь педагогу оказывают также методы, стимулирующие интерес к обучению: игра, создание ситуаций успеха, занимательности, а также лекции, беседы, встречи, дискуссии, праздники, конкурсы, фестивали,

мастер-классы, концерты, межклубные выставки, отчётные выставки, компьютерные игры, коллективные фотосъёмки, слайд-фильмы и т.д.

Каждый этап обучения подразумевает овладение ребёнком определённым уровнем знаний, умений и навыков, а также развитие его личностных качеств, физической подготовки

**Материально-техническое обеспечение** – освоение программы «ОФП» требует наличия учебного кабинета. Помещение кабинета должно удовлетворить требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов и быть оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью, необходимой для организации занятий, хранения и показа, и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Для организации успешной работы необходимо иметь оборудованный спортивный зал, в котором представлены в достаточном объёме спортивный инвентарь).

Ресурсное обеспечение:

- Технические средства обучения
- Интернет-ресурсы.

Техническое оснащение.

– Для реализации программы на одну учебную группу необходимо иметь соответствующее оборудование и материалы.

– Светлое, чистое, проветриваемое помещение (спортивный зал, площадка).

- Методические и дидактические материалы.
- Дидактический материал.

**При дистанционной форме обучения необходимо:**

- смартфон/ноутбук/ПК с возможностью видеозаписи;
- подключение к сети Интернет;
- приложения для связи/мессенджеры (VK Мессенджер «Сферум», Telegram, Telegram и электронной почты).

**Информационное обеспечение:**

Интернет-источники:

– <https://rmc23.ru/> Региональный модельный дополнительный образования детей Краснодарского края

– <https://p23.навигатор.дети/> «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края»



**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования, имеющий профессиональное высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. (Профессиональный стандарт №513).

### 2.3. Формы аттестации

Виды контроля	Содержание	Формы контроля	Методы и способы контроля	Сроки контроля
<b>Вводный</b>	Общая эрудиция. Мотивация деятельности в данном ОУ.	анкетирование; вопросник; наблюдение	беседа; наблюдение; опрос	сентябрь
<b>Текущий</b>	I. Вводное занятие. ТБ.	беседа	беседа; наблюдение	октябрь - апрель
	II. Основы знаний о строении организма, о влиянии физических упражнений.	Викторина	беседа; опрос	
	III. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.	вопросник; кроссворд	беседа; опрос	
	IV. Гимнастика.	беседа; соревнования	практическая работа; индивидуальные консультации	
	V. Легкая атлетика.	беседа; соревнования	опрос; практическая работа; индивидуальные консультации	
	VI. Акробатика.	беседа; соревнования	беседа; практическая работа; индивидуальные консультации	
	VII. Подвижные игры.	беседа; соревнования	практическая работа; индивидуальные	

			консультации	
	VIII. Подведение итогов.	беседа; выставка	беседа	
<b>Итоговый</b>	Контроль выполнения поставленных в начале учебного года задач.	итоговое занятие; выставки; конкурсы	Родительское собрание. Анализ прошедшего учебного года.	май

**Формы отслеживания образовательных результатов:** беседа, наблюдение, просмотры творческих работ, практические работы, открытые и итоговые занятия, опрос.

**Формы фиксации образовательных результатов:** грамоты, дипломы, протоколы диагностики, фото, отзывы родителей и педагогов.

**Текущий контроль** за выполнением задания ведется на каждом занятии.

**Промежуточный контроль** проводится по окончании изучения темы или раздела (без занесения результатов в диагностическую карту).

**Итоговый контроль** проводится по сумме показателей, зафиксированных в диагностических картах и протоколах диагностики личностного роста.

## 2.4. Оценочные материалы

### Мониторинг предметных результатов.

Проведение диагностики позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы. В диагностических таблицах фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им программы.

Первичная диагностика - в форме собеседования, позволяет выявить уровень подготовленности ребят для занятия данным видом деятельности.

Текущая диагностика позволяет определить степень усвоения обучающимися учебного материала, определить готовности детей к восприятию нового материала. (Приложение № 1, 2).

Итоговая диагностика проводится в конце реализации программы и позволяет оценить уровень результативности освоения программы.

Форма проведения: защита творческого проекта (Приложение № 3).

Результаты итогового контроля фиксируются в диагностической карте (Приложение №4).

**Мониторинг оценки личностных результатов** осуществляется педагогом дополнительного образования преимущественно на основе

наблюдений во время образовательной деятельности, результаты которого обобщаются и фиксируются в диагностической карте (Приложение № 4).

**Мониторинг метапредметных результатов.** Система внутренней оценки метапредметных результатов включает в себя следующие процедуры: решение задач технического и поискового характера: технические задания, информационный поиск, задания вариативного повышенного уровня.

№	Тема	Форма занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
I	Вводное занятие. ТБ.	беседа; демонстрация	словесный; наглядный	—	—	беседа
II	Основы знаний о строении организма, о влиянии физических упражнений.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	таблицы;	—	викторина
III	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	таблицы;	—	вопросник; кресворд
IV	Гимнастика.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	—	—	беседа; соревнования
V	Легкая атлетика.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	—	—	беседа; соревнования
VI	Акробатика.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	—	—	беседа; соревнования
VII	Подвижные игры.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	—	—	беседа; соревнования
VIII	Подведение итогов.	лекция; беседа; практическое занятие	словесный; наглядный; практический	—	—	беседа;

## **2.5. Методические материалы**

**Методы обучения:** практический, словесный, наглядный, работа с выкройками, демонстрация, дидактические игры, самостоятельная работа.

### **Педагогические технологии:**

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, коммуникативная технология обучения, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, технология развивающего обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии.

**Основные формы проведения занятий:** теоретические и практические занятия. Данная программа предполагает единство взаимосвязанных целей, принципов, содержания, форм и методов, условий педагогической деятельности, обеспечивающих успешность процесса социально-педагогической адаптации обучающихся к современному социуму в процессе реализации программы. При организации занятий необходимо делается акцент на доступность, эмоциональность, способность заинтересовать обучающихся для развития у них творческих способностей, у детей развиваются такие качества, как объективность, беспристрастность, принципиальность, толерантность, коммуникабельность, оперативность, усидчивость, целеустремленность, упорство в достижении цели. Данная программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются:

- в принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность, результативность);
- в формах и методах обучения (дифференцированное обучение, конкурсы, экскурсии, соревнования и т.п.);
- в методах контроля и управления образовательным процессом (тестирование, анкетирование, собеседование, анализ результатов конкурсов и др.);
- в средствах обучения.

**Дидактические материалы:** наличие наглядного, демонстрационного, игрового и раздаточного материала.

**Формы организации учебного занятия.** В соответствии с содержанием учебного плана и поставленным для данного занятия задачами (функциями) определяется вид занятия (диагностическое занятие, вводное занятие, практическое занятие, практикум, выездное тематическое занятие и т.д.) и

выбирается форма организации образовательного процесса (коллективная, групповая, парная, индивидуальная форма или одновременное их сочетание).

Теоретические занятия могут проходить в дистанционном формате.

### **Формы организации учебного занятия.**

#### **Алгоритм традиционного занятия:**

##### **I этап - организационный.**

Задача: подготовка детей к работе на занятии,

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроения на учебную деятельность и активизация внимания.

**II этап - подготовительный** (подготовка к восприятию нового содержания).

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (пример, познавательная задача, проблемное задание детям).

**III этап - основной.** В качестве основного этапа могут выступать следующие:

##### 1. Усвоение новых знаний и способов действий.

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания и вопросы, которые активизируют познавательную деятельность детей.

##### 2. Первичная проверка понимания.

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений, их коррекция. Применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

##### 3. Закрепление знаний

Применяют тренировочные упражнения, задания, выполняемые детьми самостоятельно.

##### 4. Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Распространенными способами работы являются беседа и практические задания.

##### **IV этап - контрольный.**

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского)

## 2.6. Рабочая программа воспитания.

№ п/п	<i>Содержание и технология реализации воспитательного компонента дополнительного образования</i>		
	<i>содержание воспитания</i>	<i>воспитательная работа в процессе учебных занятий</i>	<i>формы воспитательной активности</i>
<b>2.1</b>	<b>Направление воспитания: гражданско-патриотическое воспитание</b>		
2.1.1	История создания Учреждения, коллектива МБОУ ДО ЦДТТ «Парус»	Рассказы: об истории МБОУ ДО ЦДТТ «Парус», объединений.  Просмотры видеороликов об учреждении. Игры, викторины (проверка/уточнение информированности обучающихся)	- традиционные воспитательные мероприятия учреждения: дни рождения и юбилеи; церемонии награждения;  - тематические мероприятия, связанные с профилем деятельности юбилейные даты и другие.
2.1.2	Традиции и уникальность МБОУ ДО ЦДТТ «Парус»	Беседы/дискуссии о традициях Учреждения.	
2.1.3	Известные выпускники МБОУ ДО ЦДТТ «Парус»	Рассказы о выдающихся выпускниках объединения	- организация и участие в социальных акциях, флешмобах, квестах; - участие в работе военно-патриотического месячника, различных маршах и шествиях, посвященных героическим датам страны и края; - участие в праздничных концертных программах; - мероприятия к праздничным дням и календарно-тематическим мероприятиям; - церемонии награждения (по итогам года)

2.1.4	Героические страницы истории страны и родного края	<p>Беседы, мероприятия, направленные на формирование:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине;</li> <li>- представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям российского народа;</li> <li>- о вкладе художников и других деятелей искусств в достижение Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг., а также выполнения интернационального и патриотического долга в горячих точках современной эпохи.</li> </ul>	<p>обучающихся, педагогов и родителей за активное участие в жизни учреждения, защиту чести учреждения в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах, значительный вклад в развитие учреждения.</p>
<b>2.2</b>	<b>Направление воспитания: профильно/профессионально-личностное воспитание</b>		
2.2.1	<p>Культура поведения в различных образовательных ситуациях:</p> <p>на индивидуальных/ групповых/коллективных учебных занятиях,</p> <p>в процессе коллективной деятельности, вне рамок учебных занятий.</p>	<p>Беседы об алгоритме и правилах поведения, требования к внешнему виду обучающихся в различных ситуациях, на индивидуальных/ групповых/коллективных учебных занятиях.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учебные экскурсии на выставки и в музеи;</li> <li>- торжественное открытие и закрытие мероприятий учебного характера;</li> <li>- встречи с представителями профессий;</li> <li>- отчетные мероприятия для родителей;</li> <li>- применение на занятии интерактивных форм</li> </ul>



			<p>работы обучающихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;</p> <p>- дискуссий, которые дают детям возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими детьми;</p> <p>- использование воспитательных возможностей содержания программы дополнительного образования через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности через подбор соответствующих задач для решения проблемных ситуаций для обсуждения в объединении.</p>
2.2.2	Мотивированность самостоятельных занятий	Обсуждение значимости регулярных самостоятельных занятий / последствия их отсутствия.	
2.2.3	Активность и заинтересованность участия в различных формах образовательной деятельности	Приёмы самоконтроля содержательности, интенсивности и качества самостоятельных занятий.	
2.2.4	Самоанализ, самооценка деятельности и результатов	Индивидуальное обсуждение результатов практической деятельности: олимпиады/ конкурса.	

2.2.5	Адекватность восприятия профессиональной оценки	Формирование у обучающихся адекватно аналитического отношения к успешному / неудачному участию в олимпиаде/конкурсе.
2.2.6	Правила «профессионального оценивания»	Коллективное обсуждение результатов практической деятельности/участия в мероприятиях.
2.2.7	Культура организации рабочего места, внешнего вида	Беседы с обучающимися о понятиях культуры организации деятельности;  приучение обучающихся к культурной организации рабочего места, правильная посадка, сохранение осанки;  воспитание у обучающихся культуры внешнего вида в соответствии с конкретной образовательной ситуацией (на занятии, мероприятии, экскурсии и так далее).
2.2.8	Трудолюбие, работоспособность	Приучение / стимулирование обучающихся к:  - доведению каждой начатой работы до логического конца;  - выполнению каждого учебного задания до качественного уровня.
2.2.9	Бережное отношение к оборудованию и оснащению учебного процесса	Приучение обучающихся к бережному отношению к средствам обучения и техническому оснащению.

2.2.10	Перспективы профессионального роста в выбранном профиле деятельности	Определение перспективы как последовательности освоения различных этапов профильной деятельности, как перспективы профессионального развития.	
2.2.11	Ответственность за качество процесса и результата выполнения профильной/предметной деятельности	Индивидуальное обсуждение результатов практической деятельности/участия в публичных мероприятиях.	
<b>2.3</b>	<b>Направление воспитания: социально-личностное воспитание</b>		
2.3.1	Общепринятые правила и нормы поведения в различных социальных ситуациях	<ul style="list-style-type: none"> <li>- приучение обучающихся к осознанному соблюдению общепринятых правил и норм поведения в различных социальных ситуациях;</li> <li>- приучение обучающихся к осознанному соблюдению установленных в коллективе правил поведения;</li> <li>- символика и атрибутика коллектива (эмблема и значок, элементы одежды, девиз, гимн и так далее).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- участие в социальных акциях: благотворительных, памятных, мемориальных, благотворительных и так далее;</li> <li>- семейные мероприятия, популяризация семейного опыта;</li> <li>- дни национальных культур: знакомство с художественными традициями разных народов России, ближайшего зарубежья.</li> </ul>
2.3.2	Правила взаимодействия в группе, коллективе	- использование/создание ситуаций, групповой и коллективной деятельности.	
2.3.3	Способы поведения в спорных ситуациях	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оперативное реагирование на проблемные и конфликтные ситуации, коллективное обсуждение возникающих ситуаций;</li> <li>- игры, поведенческие тренинги.</li> </ul>	

2.3.4	Права и обязанности гражданина (с учетом воспитательных ситуаций)	- коллективные обсуждения морально-нравственных аспектов (по мере возникновения соответствующих воспитательных ситуаций).	
2.3.5	Наиболее значимые исторические события, традиции страны, имена (в рамках темы года)	- коллективная/индивидуальная проектно-исследовательская деятельность (в рамках темы года).	
	Гуманистические принципы в отношениях с окружающими	- использование/создание воспитывающих ситуаций, предполагающих решение нравственных проблем с позиций гуманизма.	
	Оптимизм, позитивное отношение к жизни	- вовлечение обучающихся в обсуждение проблемных ситуаций с точки зрения оптимиста (поиск положительных аспектов даже в самых негативных для обучающихся ситуациях).	
2.3.6.	Ценности традиционной семьи	- беседы/дискуссии: связь поколений семьи, семейный уклад, семейные традиции, нравственные устои семьи, понятия «семья» и «брак», ценности семьи (любовь, забота, уважение);  - создание ситуаций проявления заботы.	- семейные мероприятия, популяризация семейного опыта;  - отчетные мероприятия для родителей.
2.3.7.	Работа с родителями	- формирование позитивных отношений в системе «педагог–родители–обучающиеся» для более эффективного достижения цели воспитания, которое обеспечивается согласованием позиций семьи и педагога в данном вопросе.	- педагогическое просвещение родителей по вопросам воспитания детей, в ходе которого родители получают рекомендации педагога и обмениваются собственным творческим опытом и находками в деле воспитания детей;  - регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения и

			<p>учреждения в целом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- помощь со стороны родителей в подготовке и проведении общих мероприятий и мероприятий в объединении воспитательной направленности;</li> <li>- индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагога и родителей;</li> <li>- отчетные спектакли, концерты для родителей;</li> <li>- творческие конкурсы;</li> <li>- родительские форумы коллектива, на которых может осуществляться виртуальное обсуждение интересующих родителей вопросов, разбор педагогических ситуаций с практическими рекомендациями родителям и др.</li> </ul>
--	--	--	--

### **2.6.1. Календарно-тематическое планирование мероприятий воспитательного компонента дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ОФП»**

<i>№ n/n</i>	<i>Название мероприятия</i>	<i>Период проведения</i>
<b>Направление воспитания: гражданско-патриотическое воспитание</b>		
1.	«День открытых дверей» - конкурс-игровая программа для обучающихся, посвященная Дню знаний;	сентябрь

2.	«86-летие образования Краснодарского края» - конкурсы рисунков и поделок, проведение мастер классов, соревнования, круглый стол, беседы.	сентябрь
3.	«День станицы Старокорсунской!» - мастер-классы, конкурсы, викторины, открытые уроки, конкурсы рисунков и поделок.	сентябрь
4.	«Лекция о наркозависимости и вреде алкоголя» - беседы, викторины.	сентябрь
5.	«День пожилого человека» - беседы, открытые уроки.	октябрь
6.	80-летие со дня освобождения Краснодарского края от немецко-фашистских захватчиков и завершения битвы за Кавказ.	октябрь
7.	«День учителя» - выставка работ, беседы, презентации, викторины.	октябрь
8.	«День запуска первого искусственного спутника Земли – начало космической эры в истории человечества» - беседы, викторины, открытые уроки, конкурсы рисунков и поделок.	октябрь
9.	«Всероссийский урок безопасности школьников в сети «Интернет»» - беседы, викторины, открытые уроки.	октябрь
10.	«Вместе мы едины» - беседы, посвященные Дню народного единства, конкурсы рисунков, викторины.	ноябрь
11.	«Международный день толерантности» - беседы, викторины, открытые уроки.	ноябрь
12.	«Волшебный ящик» - конкурсно-игровая программа, посвященная Всемирному дню телевидения.	ноябрь
13.	«День информатики в России. Всероссийская акция «Час кода»» - беседы, викторины, открытые уроки.	декабрь
14.	«День Конституции Российской Федерации» - беседы.	декабрь
15.	Инструктаж «Основы безопасности и правила поведения в зимний период» - беседы, викторины, открытые уроки	декабрь
16.	«Встречаем вместе Новый год» - конкурсно-игровая программа.	декабрь

17.	Праздник «Рождество Христово».	январь
18.	День воинской славы России. 80 лет со дня снятия блокады Ленинграда (1944) Международный день памяти жертв Холокоста - беседы, открытые занятия	январь
19.	Мероприятия патриотической направленности в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы.	январь
20.	«Урок мужества» - беседы, викторины, открытые уроки, конкурсы рисунков и поделок, флэш-мобы.	январь
21.	День памяти воинов-интернационалистов. 35 лет со дня вывода советских войск из Республики Афганистан (1989) - тематические беседы; встречи с воинами-интернационалистами.	февраль
22.	«О героях былых времен»» – беседы, викторины, открытые уроки, конкурсы рисунков и поделок, флешмобы.	февраль
23.	«В гостях у баснописца», конкурс-игровая программа, посвященная 255-летию со дня рождения Ивана Андреевича Крылова (1769-1844)	февраль
24.	«Этих дней не смолкнет слава» — тематические беседы, посвященные Отечественной войне 1812 года;	февраль
25.	«Первый космонавт» - тематические беседы, посвященные 90-летию со дня рождения лётчика – космонавта Юрия Алексеевича Гагарина.	март
26.	Просмотр и обсуждение к/ф «Три толстяка» к 125 лет со дня рождения Юрия Карловича Олеси (1899-1960).	март
27.	Всемирный день поэзии - конкурс чтецов.	март
28.	100 лет со дня рождения Юрия Васильевича Бондарева (1924-2020) - беседы о произведениях писателя.	март
29.	«Здравствуй, Масленица!» - праздничные мероприятия.	март
30.	«Закон Краснодарского края № 1539-КЗ «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений	март

	несовершеннолетних в Краснодарском крае»» - беседы.	
31.	Международный День смеха – розыгрыши, юморины	апрель
32.	«День космонавтики» - беседы, викторины, открытые уроки, конкурсы рисунков и поделок, флэш-мобы.	апрель
33.	Праздник весны и труда – конкурс рисунков.	апрель
34.	«День Победы» - беседы, викторины, открытые уроки, конкурсы рисунков и поделок, флешмобы.	май
<b>Направление воспитания: профильно / профессионально-личностное воспитание</b>		
1.	«ЗОЖ и творчество», беседа с обучающимися МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	октябрь
2.	«Открытая сцена» - конкурс среди обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	ноябрь
3.	Праздничное мероприятие, посвященное дню Матери.	ноябрь
4.	Выставка работ изобразительного и декоративно-прикладного творчества, посвященная дню Матери.	ноябрь
5.	«Птицы - наши друзья» - акция по изготовлению кормушек для птиц.	ноябрь
6.	Мероприятия объединений МБОУ ДО ЦДТТ «Парус», посвященные празднованию Нового года.	декабрь
7.	Инструктаж «Основы безопасности и правила поведения».	декабрь
8.	«Музыкальная открытка для мамы» –конкурсная программа.	март
9.	Видеоурок «Первая помощь при ЧС».	март
10.	«Наведи порядок на своей планете!» - участие во Всероссийском субботнике	апрель
11.	Отчетное мероприятие - выставка работ объединений МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	май



12.	«Безопасное лето» - конкурс-игровая программа для обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	май
<b>Направление воспитания: социально-личностное воспитание</b>		
1.	Просмотр видеоматериала «Правила поведения при террористической угрозе» для обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	сентябрь
2.	День здоровья – конкурс-игровая программа «Спорт – альтернатива пагубным привычкам» среди обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	сентябрь
3.	Концертная программа «От сердца к сердцу», посвященная Дню пожилого человека.	октябрь
4.	«ЗОЖ и творчество», беседы с обучающимися МБОУ ДО ЦДТТ «Парус»	октябрь
5.	«Мамино сердце» - праздничное мероприятие, посвященное Дню матери.	ноябрь
6.	Инструктаж «Основы пожарной безопасности и правила поведения при ЧС», для обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	ноябрь
7.	«Помоги себе сам» - беседа о безопасности и ЗОЖ в рамках программы антинаркотической направленности и здорового образа жизни «АнтиНарко» среди обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	ноябрь
8.	Акция «Красная лента», приуроченная к Всемирному дню борьбы со СПИДом в рамках программы антинаркотической направленности и здорового образа жизни	декабрь
9.	«Мир спасет доброта» - тематическая беседа для обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус», посвященная Международному дню инвалидов.	декабрь
10.	Инструктаж «Основы безопасности и правила поведения», для обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	декабрь
11.	Старый Новый год – игровые программы, викторины.	январь
12.	Конкурс «Вместе с папой» - онлайн флешмоб среди обучающихся МБОУ ДО ЦДТТ «Парус».	февраль

13.	Праздничное мероприятие, посвящённое Международному женскому дню 8 марта.	март
14.	«Музыкальная открытка для мамы» – конкурсная программа.	март
15.	«Мои любимые книги» - тематическая беседа, посвященная Дню детской книги.	апрель
16.	Лекция-беседа о вреде курения и запрещенных препаратов.	апрель
17.	Инструктаж «Правила поведения в дни школьных каникул».	май

## **2.7. Список литературы**

### **2.7.1. Список литературы для педагога**

#### **Список литературы, использованной педагогом при написании образовательной программы:**

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса. – М., – 2006.
2. Голощапов Б.Р. История физической культуры. – М., – 2009.
3. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. – М., – 2010.
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. – М., – 2008.
5. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний. – М., – 2005.
6. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. – Ростов-на-Дону, – 2002.
7. Новиков Ю.Н. Физкультура или спорт. – М., – 1996.
8. Окунев О.Р. Бадминтон. – М., – 2009.
9. Боброва Г.А. «Художественная гимнастика в школе» – М., – 2010.
10. Лисицкая Г.С. «Аэробика на все вкусы» – М., – 1994.
11. Лукьяненко В.П. «Физическая культура: основа занятий» – учебное пособие. – М., – 2003.
12. Родиченко В.С. и др. «Твой Олимпийский учебник» – учебное пособие. – М., – 2004.
13. Чесноков Н.Н. «Олимпиада по предмету Физическая культура» – М., – 2005г.
14. Под ред. Чеснокова Н.Н. «Всероссийская Олимпиада школьников по физической культуре» – М., – 2006г.

### **2.7.2. Список литературы для детей**

1. Баршай В.М. Активные игры для детей. – М., – 2001.
2. Баршай В.М. Физкультура в школе и дома. – М., – 2001.
3. Ковалева Е. Игры на свежем воздухе для детей и взрослых. – М., – 2007.
4. Красикова И. Детский массаж и гимнастика для профилактики и лечения нарушений осанки, сколиоза и плоскостопия. – Сп-б., – 2010.
5. Прокопов, К.М. Клубные танцы. – М., – 2005.

**Приложение № 1**  
**к общеобразовательной**  
**общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

**Диагностическая карта**  
**мониторинг результативности обучения**  
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «ОФП»**  
**(Начальная или входная диагностика, текущий контроль)**

	Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностики
<b>Предметные результаты</b>	Теоретическая подготовка обучающихся: 1.1 Теоретические знания (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствия теоретических знаний обучающегося программным требованиям.	- <b>минимальный уровень</b> (ребенок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой); - <b>средний уровень</b> (объем усвоенных знаний составляет более 1/2); - <b>максимальный уровень</b> (ребенок усвоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период);	1   2   3	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос, практические задания
	1.2 Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	- <b>минимальный уровень</b> (ребенок, как правило избегает употреблять специальные термины);	1	

			<p><b>- средний уровень</b> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой);</p> <p><b>- максимальный уровень</b> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием).</p>	2	
				3	
	<p>II. Практическая подготовка ребенка:</p> <p>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)</p> <p>2.2. Владение специальным оборудованием и</p>	<p>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям.</p> <p>Отсутствие затруднений в</p>	<p><b>- минимальный уровень</b> (ребенок овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);</p> <p><b>- средний уровень</b> (объем усвоенных умений и навыков</p> <p><b>- максимальный уровень</b> (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.)</p> <p><b>- минимальный уровень умений</b> (ребенок испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием);</p> <p><b>- средний уровень</b></p>	1	Контрольное задание, опрос, практические задания
				2	
				3	

оснащением.	использовании специального оборудования и оснащения.	(работает с оборудованием с помощью педагога); - <b>максимальный уровень</b> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей); - <b>начальный (элементарный) уровень развития креативности</b> (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога);	1	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- <b>репродуктивный уровень</b> (Выполняет в основном задания на основе образца); - <b>творческий уровень</b> (выполняет практические задания с элементами творчества)	2	
			3	
			1	
			2	
			3	

**Приложение № 2**  
**к общеобразовательной**  
**общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

**Сводная диагностическая таблица**  
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «ОФП»**  
**За 20 \_\_ - 20 \_\_ учебный год**  
**Наименование группы № \_\_\_\_\_**

№	Ф.И.О. ребенка	I. Теоретическая подготовка обучающихся:		II. Практическая подготовка ребенка		
		Теоретические знания (по основным разделам образовательного модуля)	Владение специальной терминологией	Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам образовательного модуля)	Владение специальным оборудованием и оснащением.	Творческие навыки
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						

20.						
-----	--	--	--	--	--	--

Минимальный уровень 1 балл Средний уровень 2 балла Максимальный уровень 3 балла.

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_



**Приложение № 3**  
**к общеобразовательной**  
**общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

**Итоговый контроль по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования:  
-знание истории ОФП и правил спортивных игр.

**Тест**

1.Компонентами здорового образа жизни являются:

- а) Прием энергетических коктейлей
- б) Походы в ночной клуб
- в) Правильное питание и режим дня+
- г) Физические нагрузки и отказ от вредных привычек+

2.Как двигательная активность влияет на организм?

- а) Повышает жизненные силы и функциональные возможности+
- б) Позволяет больше расходовать калории для поддержания оптимального веса+
- в) Понижает выносливость и работоспособность
- г) Уменьшает количество лет

3.Сколько по времени следует выдерживать между плотным приемом пищи и началом беговых упражнений?

- а) 4 часа
- б) 2 часа+
- в) 1 час
- г) 10 минут

4.Что является древнейшей формой организации физической культуры?

- а) бега
- б) единоборство

- в) соревнования на колесницах
  - г) игры+
5. Что является одним из основных физических качеств?
- а) внимание
  - б) работоспособность
  - в) сила+
  - г) здоровье
6. Основное средство физического воспитания?
- а) учебные занятия
  - б) физические упражнения+
  - в) средства обучения
  - г) средства закаливания
7. Какое физическое качество получает свое развитие при длительном беге в медленном темпе?
- а) сила
  - б) выносливость+
  - в) быстрота
  - г) ловкость
8. Что рекомендуют во время занятий?
- а) Долго отдыхать после каждого упражнения
  - б) Пополнять растроченные калории едой и напитками
  - в) Больше активно двигаться+
  - г) Правильно сочетать нагрузку и интервалы отдыха по пульсу+
9. С чего начинается игра в баскетболе?
- а) со времени, указанного в расписании игр
  - б) с начала разминки
  - в) с приветствия команд
  - г) спорным броском в центральном круге.+
10. Какова польза от занятий циклическими видами?
- а) Повышают силовые способности
  - б) Увеличивают количество жировой ткани
  - в) Улучшают потребление организмом кислорода+
  - г) Увеличивают эффективность работы сердца+

11. Сколько игроков баскетбольной команды может одновременно находиться на площадке.

- а) 5+
- б) 6
- в) 7
- г) 4

12. Что из ниже перечисленного является вредными привычками?

- а) Курение+
- б) Прием алкоголя и наркотиков+
- в) Прогулки за городом
- г) Занятия танцами

13. С какого расстояния футболисты пробивают «пенальти»?

- а) 9 м
- б) 10 м
- в) 11 м+
- г) 12 м

14. Что такое двигательное умение?

- а) уровень владения знаниями о движениях
- б) уровень владения двигательным действием+
- в) уровень владения тактической подготовкой
- г) уровень владения системой движений

15. Какова должна быть продолжительность ходьбы, чтобы достичь оздоровительного эффекта?

- а) не менее 30 минут+
- б) более 5 часов
- в) не более 10 минут
- г) не более 30 минут

16. Как звучит аббревиатура Международной федерации футбола?

- а) УЕФА
- б) ФИФА+
- в) ФИБА
- г) ФИЛА

17. Какие продукты необходимо употреблять каждый день?

- а) Овощи, фрукты и мясные продукты+

- б) Каши и молочные продукты+
- в) Копченую колбасу
- г) Сладости

18. Что в легкой атлетике делают с ядром?

- а) метают
- б) бросают
- в) толкают+
- г) запускают

19. Перечислите основные упражнения для развития мышц туловища (спины и брюшного пресса):

- а) Поднимание верхней части туловища в положении лежа на спине+
- б) Поднимание ног и таза лежа на спине+
- в) Прыжки
- г) Подтягивание в висе на перекладине

20. Где и когда впервые в нашей стране состоялись Олимпийские игры?

- а) планировались в 1944 году, но были отменены из-за 2 мировой войны
- б) в 1976 году в Сочи
- в) в 1980 году в Москве+
- г) пока еще не проводились

21. Что такое кросс?

- а) бег с ускорением
- б) бег по искусственной дорожке стадиона
- в) бег по пересеченной местности+
- г) разбег перед прыжком

22. Как называется временное снижение работоспособности?

- а) усталость
- б) напряжение
- в) утомление+
- г) передозировка

23. Что означает термин «Олимпиада»?

- а) четырехлетний период между Олимпийскими играми+
- б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры

- в) синоним Олимпийских игр  
г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр
24. Какое минимальное количество игроков должно быть в команде, при котором она допускается к игре в футбол:  
а) не менее 8      б) не менее 7 +      в) не менее 6
25. Какое наказание следует в футболе, если вратарь, находясь в пределах штрафной площади, касается мяча руками за ее пределами:  
а) угловой удар      б) 11 метровый удар      в) штрафной удар +
26. Количество игроков в волейболе в одной команде:  
а) 6 +      б) 7      в) 5
27. Сколько игроков – баскетболистов двух команд, могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований:  
а) 14 человек      б) 10 человек +      в) 12 человек
28. Игровое время в баскетболе состоит из:  
а) 4 периодов по 15 минут      б) 4 периодов по 10 минут +      в) 4 периодов по 8 минут

За каждый правильный ответ учащийся получает 1 балл, неправильный ответ оценивается в 0 баллов.

**Приложение № 4**  
**к общеобразовательной**  
**общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

**Диагностическая карта по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

за 20 \_\_\_/20 \_\_\_ учебные года

Наименование группы № \_\_\_\_\_

№	Ф.И.О. ребенка	Итоговое тестирование																				Общая сумма баллов	
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10.																							
11.																							
12.																							
13.																							
14.																							
15.																							



**Приложение № 5**  
**к общеобразовательной**  
**общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**

**Календарный учебный график к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«ОФП»**  
**на 20\_ - 20\_ учебный год. группа № \_\_\_\_\_**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	31.05.2024	37	216	2 раза в неделю по 3 часа или 3 раза в неделю по 2 часа

№ п/п	Месяц	Число	Модуль программы/раздел программы	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
1			Вводное занятие.	Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь	Игра-путешествие Занятие-тестирование	3	Анкетирование. Педагогическое наблюдение. Тест.
2			Основы знаний о строении организма, о влиянии физических	Анатомия человека	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные	3	Опрос.



			упражнений.		консультации		
3			Основы знаний о строении организма, о влиянии физических упражнений.	Спортивная морфология	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
4			Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Физиологические исследования в учебном процессе	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
5			Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль	Технология движения.	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
6			Гимнастика	Основы знаний.	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
7			Гимнастика	Анатомические основы знаний, телосложение человека	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
8			Гимнастика	Мышечный аппарат человека, питание.	Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
9			Гимнастика	Ознакомление обучающихся, упражнениям с предметом, техника их исполнения, основные понятия: ходьба, бег	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа

10		Гимнастика	Техника выполнения упражнений для рук и ног.	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
11		Гимнастика	Техника выполнения упражнений для туловища, шеи и спины.	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
12		Гимнастика	Упражнения для ног в положении сидя и лежа на полу	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
13		Гимнастика	Упражнения для спины на полу	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
14		Гимнастика	Общеразвивающие упражнения для развития двигательных качеств	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
15		Гимнастика	Упражнения на развитие осанки, гибкости в партере	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
16		Гимнастика	Упражнения на равновесие (стоя на двух, стоя на одной ноге)	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
17		Гимнастика	Силовые упражнения (с гантелями). упражнения	Медиа-лекция Практическое занятие	3	Текущий контроль. Практическая

				для пресса.	Индивидуальные консультации		работа.
18			Гимнастика	Упражнения со скакалкой («восьмерка», обвивание, прыжки на двух ногах, бег со вращением скакалки вперед и назад).	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
19			Гимнастика	Упражнения на растягивание мышц задней поверхности голени	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
20			Гимнастика	Упражнения растягивание мышц передней поверхности бедра	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
21			Гимнастика	Упражнения растягивание мышц задней поверхности бедра; растягивание внутренних мышц бедра	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
22			Гимнастика	Упражнения для мышц спины; для мышц шеи	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
23			Гимнастика	Упражнения для растягивания мышц живота	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
24			Гимнастика	Упражнения для мышц	Медиа-лекция	3	Текущий контроль.

				боковой части туловища	Практическое занятие Индивидуальные консультации		Практическая работа
25			Лёгкая атлетика	Вводные: физическая культура и спорт в России, гигиена, места для проведения занятий, Т.Б	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
26			Лёгкая атлетика	Основы техники и тактики в лёгкой атлетике	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	6	Текущий контроль. Практическая работа
27			Лёгкая атлетика	Изучение техники спортивной ходьбы	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	6	Текущий контроль. Практическая работа.
28			Лёгкая атлетика	Изучение техники бега, разновидности бега	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	6	Текущий контроль. Практическая работа
29			Лёгкая атлетика	Опасные факторы на занятиях по лёгкой атлетике	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
30			Лёгкая атлетика	Спортивный материал, одежда, песок (инструменты)	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа
31			Лёгкая атлетика	Разновидности прыжков в длину	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные	3	Текущий контроль. Практическая работа.

					консультации		
32			Акробатика	Техника безопасности на занятиях по акробатике, акробатический словарь	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	6	Текущий контроль. Практическая работа
33			Акробатика	Разновидности дисциплин по акробатике	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	6	Текущий контроль. Практическая работа.
34			Акробатика	Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь, спортивный массаж	Практическое занятие	9	Текущий контроль. Практическая работа.
35			Акробатика	Оборудование и инвентарь для занятий акробатикой.	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	6	Текущий контроль. Практическая работа.
36			Акробатика	Планирование спортивной тренировки.	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
37			Подвижные игры	Подвижные игры в системе физического воспитания обучающихся	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
38			Подвижные игры	Структура занятия в объединении «ОФП» – подвижные игры	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
39			Подвижные игры	Этапы и методика	Медиа-лекция	9	Текущий контроль.

				проведения подвижных игр	Практическое занятие Индивидуальные консультации		Практическая работа.
40			Подвижные игры	Подвижная игра Волейбол	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
41			Подвижные игры	Подвижная игра Баскетбол	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
42			Подвижные игры	Подвижная игра Футбол	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
43			Подвижные игры	Подвижная игра Гандбол	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	3	Текущий контроль. Практическая работа.
44			Подвижные игры	Подвижная игра Настольный теннис	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
45			Подвижные игры	Правила подвижных игр, методика судейства, организация соревнований	Медиа-лекция Практическое занятие Индивидуальные консультации	9	Текущий контроль. Практическая работа.
46			Подведение итогов	Заключительное занятие, награждение, планы на лето	Практическое занятие	6	Итоговый контроль. Защита проекта.