



дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа

«ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»

г. Сыктывкар
2024 год

Составитель:
Козлов А.Н., педагог дополнительного образования

Утверждено педагогическим советом МУ ДО «ЦДОД № 9», Протокол № 4 от 07.06.2024 года.

«Занимательная физкультура»: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая – дополнительная общеобразовательная программа / сост. Козлов А.Н. – Сыктывкар 2024.

Данная программа разработана на основе общеобразовательных программ по физической культуре и является дополнительными занятиями учащихся. Занятия проводятся с учащимися первых – четвертых классов.

Особое внимание в данной программе уделяется **физической подготовке**. Физическая подготовка – это процесс воспитания двигательных способностей и поддержания их на уровне, обеспечивающем высокую эффективность игровых действий.

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность и является модульной. Предназначена для ведения занятий в учреждениях дополнительного образования.

Дизайн и верстка:
Калимова Т.А.

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей № 9»
(МУ ДО «ЦДОД № 9»)

«Челядьлы содтөд төдөмлун сетан 9 №-а шөрин»
содтөд төдөмлун сетан муниципальной учреждение
(9 №-а ЧСТСШ) СТС МУ)

ПРИНЯТА:
Педагогическим советом
МУ ДО «ЦДОД № 9»
от 07.06.2024 г.
Протокол № 4



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУ ДО «ЦДОД № 9»
Рожков А.А.
июня 2024 г.

дополнительная общеобразовательная программа -

дополнительная общеразвивающая программа

«Занимательная физкультура»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень сложности содержания – стартовый
Возраст учащихся: 7- 9 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Козлов Александр Николаевич

1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеобразовательная программа «Занимательная физкультура» (далее Программа) разработана на основе нормативных документов, таких как:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/?ysclid=lvrrirwgd6266574295;

- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (последняя редакция) «О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551;

- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015?ysclid=lwoxhs7mfu137214852&index=1> ;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/?ysclid=li32z1bq5o229464864>;

- Приказ Министерства образования и науки Республики Коми от 15 декабря 2023г. № 767-п. «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://minobr.rkomi.ru/uploads/documents/prikaz_767_p_ot_15_12_2023_2023-12-15_16-05-11.pdf

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/73178052/?ysclid=li330udbh8832793959>;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/71770012/?ysclid=li334hz4m9109405043>;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05. 2015 № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа

<http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

<https://docs.cntd.ru/document/350163313>;

- Постановление главного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

<http://docs.cntd.ru/document/566085656>;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс]. – Режим доступа

<https://base.garant.ru/400289764/?ysclid=li339m2s4p438841429>;

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12. 2018, протокол № 3) [Электронный ресурс]. – Режим доступа

<https://ioe.hse.ru/data/2020/07/17/1597041961/%D0%A4%D0%9F%20%D0%A3%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%85%20%D0%BA%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf?ysclid=lwqagzz3d9837583036>;

- Постановление Правительства Республики Коми от 11.04. 2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа

<https://docs.cntd.ru/document/553237768>;

- План мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Коми (утвержден распоряжением Правительства Республики Коми от 06.09.2022 № 385-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа

<https://base.garant.ru/405263135/?ysclid=li33etlq3i252804576> ;

- Решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011-61 «О Стратегии социально-экономического развития муниципального образования городского округа «Сыктывкар» до 2035 года» (с изменениями на 23 июня 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

<https://docs.cntd.ru/document/438993064>;

- Методические рекомендации Министерства образования и молодежной политики Республики Коми по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 № 07-13/631 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sykt-uo.ru/files/.pdf?ysclid=li33hznzjce205693060>;

- Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://form.instrao.ru>;

- Устава МУ ДО «ЦДОД № 9» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://r1.nubex.ru/s10712-8c5/f1570_08/Новая%20редакция%20УСТАВА%20\(2022%20год\).pdf](https://r1.nubex.ru/s10712-8c5/f1570_08/Новая%20редакция%20УСТАВА%20(2022%20год).pdf)

- Лицензия на осуществление деятельности МУ ДО «ЦДОД № 9» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://r1.nubex.ru/s10712-8c5/f343_4e/Лицензия.jpg.pdf

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Флагманскими проектами Республики Коми являются «Спорт – норма жизни», «Укрепление общественного здоровья». Достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни являются приоритетными направлениями социально-экономического развития РК и г. Сыктывкар. Поэтому программа «Занимательная физкультура» способствует реализации данной стратегической цели, т.к. занятия физкультурой развивают среди учащихся младшего школьного возраста не только физические качества, но и являются эффективным средством укрепления здоровья, обучения здоровьесберегающим навыкам, воспитывают потребность в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, сознательном применении их во время занятий спортом и активного отдыха.

Программа «Занимательная физкультура» имеет **стартовый (ознакомительный)** уровень сложности. Процесс обучения по программе базируется на знакомстве с основами физической культуры. На этом уровне учащиеся получают мотивацию для дальнейших занятий физической культурой.

Обучение по программе способствует выявлению предпочтений и выбора ребенком вида деятельности в дополнительном образовании, может стать стартовым уровнем для программ базового уровня, специализирующихся на более углубленном изучении спортивных игр, что помогает родителям в становлении конструктивной позиции воспитания и развития ребёнка с учетом его интересов и способностей.

Внутри программы - три образовательных раздела дополняющих друг друга.

Актуальность программы.

Программа «Занимательная физкультура» ориентирована на физическое совершенствование учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, создание условий для развития физической активности личности, ориентированной на соблюдение гигиенических норм и правил. Программа направлена на формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, на получение учащимися начальных знаний о физической культуре и спорте.

В ходе её реализации преподаются основы ОФП, лёгкой атлетики, спортивных игр. Она предусматривает проведение теоретических и практических занятий, проведение тестирования по физической подготовленности учащихся. Предметом обучения для данного возраста является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Отличительные особенности программы.

Данная программа физкультурно-спортивной направленности разработана на основе программы обучения игре в мини-баскетбол (Программы для внешкольных учреждений. – М.: Просвещение, 1988г.), программы по физической культуре (программа по физической культуре. 1-4 классы. - М.: Просвещение, 2012 год), программы по физической культуре (программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год), а также на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 - 9 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012).

Отличительные особенности программы состоят в том, что в ней представлена система тренировочных заданий по физической, технической, тактической подготовке, позволяющей эффективно решать задачи в соответствующих категориях учебных групп. Занятия по программе развивают такие необходимые человеку качества как быстрота, сила, ловкость, выносливость, умение быстро ориентироваться в сложной обстановке. Поэтому в программу включено большое количество подвижных игр. В процессе овладения двигательной деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Реализация программы связана с такими школьными предметами как: физическая культура, биология.

Своеобразие программы «Занимательная физкультура» заключается в том, чтобы ребенок не просто что-то узнал и запомнил, но, прежде всего, приобрел определенные знания и умения через игру в баскетбол.

В программу включен национально-региональный компонент: ознакомление с историей развития баскетбола в Республике Коми при изучении темы «История развития баскетбола» и встреча с известными спортсменами Республики Коми.

Адресат программы.

Программа предназначена для учащихся 7 – 9 лет. Набор в группу осуществляется на основе письменного заявления родителей (законных представителей) через сайт ПФДО Коми (<https://komi.pfdo.ru/>) и при наличии медицинского заключения о допуске к занятиям.

Все учащиеся проходят тестирование физических качеств (контрольные нормативы), в начале учебного года и в конце с подведением результатов их усердия в занятиях, их способностью усваивать программу и результативностью участия в соревнованиях.

Объем и срок освоения программы.

Продолжительность образовательного цикла – 1 год обучения. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 72 ч. Количество детей в группе – 15 человек.

Форма обучения: очная, (в период невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантин, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней), может быть организована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Формы организации образовательного процесса. Программа предполагает фронтальные, групповые и мелкогрупповые формы занятий. Основной формой учебно-воспитательного процесса является групповое учебное занятие.

Групповые теоретические занятия проводятся в форме бесед, демонстрации наглядных пособий, самостоятельное чтение специальной литературы. В содержание теоретической подготовки входит изучение основ физического воспитания, ознакомление с историей развития физкультуры и спорта в России и Республике Коми, основами личной и общественной гигиены, влиянии вредных привычек на организм человека. Теоретические занятия целесообразно проводить непосредственно перед практическими, так как после занятия учащиеся устанут, и беседы не принесут нужной пользы. На занятия по вопросам гигиены, врачебного контроля, применение восстановительных средств возможно приглашение медицинского работника школы.

Групповые практические занятия проводятся весь учебный год. В учебно-воспитательном процессе используются элементы педагогических технологий, воплощающий гуманистическую направленность: педагогику сотрудничества, игровые, оздоровительные.

Применяются различные методы: воспитания, обучения и тренировки. Большинство методов основывается на главном – упражнении, реализуемым тремя его разновидностями: повторным методом (выполнять движения, действия, задания определенное число раз), игровым (действия, задания, выполняемые с учебной, воспитательной и тренировочной целями в форме игры), соревновательным (упражнения, задания выполняются в виде соревнований).

Режим занятий. Периодичность и продолжительность занятий, количество часов и занятий в неделю организуются в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», на основании «Календарного учебного графика на 2024 – 2025 учебный год» (См. Приложение № 1) и составляет:

Год обучения	Продолжительность одного занятия	Количество занятий в неделю	Всего часов в неделю	Всего часов в год
I год обучения	40 минут	2 раза	2 часа	72 часа

Количество детей в группе – 15 человек.

Обучение в группах строится с учётом возрастных особенностей учащихся, состояния их здоровья.

На протяжении обучения в группах «Занимательная физкультура» дети получают ознакомительную подготовку для занятия по игровым видам спорта. Выпускники данных групп могут продолжить дальнейшее обучение с зачислением в группы по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительным общеразвивающим программам: «Занимательная физкультура юного спортсмена» и «Оранжевый мяч».

В активированный день и в дни карантина для учащихся организуется дистанционное обучение в контакте, в группе «Занимательная физкультура» по ссылке: <https://vk.com/club193936525>.

1.2. Цель и задачи программы.

Муниципальное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей № 9», являясь учреждением дополнительного образования, призван способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям детей.

Цель программы: формирование интереса учащихся к спортивным занятиям, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие **задачи:**

Обучающие:

- ознакомить с правилами поведения и техникой безопасности во время занятий физической культурой и спортом;
- приобрести необходимые знания и гигиенические навыки;
- развить специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость) для успешного овладения навыками игры;
- обучить терминологии, принятой в баскетболе;
- обучить теоретическим базовым знаниям об игре баскетбол;
- обучить основным правилам, приемам и тактическим действиям спортивно-командной игры баскетбол.

Развивающие:

- развить умение извлекать информацию из разных источников;
- формировать и раскрыть спортивные способности ребёнка;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- развить умение взаимодействовать в команде, коллективе;
- совершенствовать физическую подготовленность учащихся через выполнение различных упражнений;
- укрепить физическое и психологическое здоровье учащихся;
- развить внимание, память, мышление;

- владеть эффективными способами организации свободного времени.

Воспитательные:

- воспитать эмоциональные качества у учащегося средствами общефизических упражнений;
- формировать стойкий интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- формировать умение оценивать свои действия;
- прививать нравственные, морально-волевые качества: трудолюбие, стремление к победе;
- воспитать настойчивость, целеустремлённость, дружелюбное отношение к себе и учащимся, старшим, чувство ответственности.

1.3. Содержание программы.

1.3.1. Учебный план.

Название разделов	Количество часов 1 г. о.		
	Всего	Т	П
Раздел: Легкоатлетические упражнения.	16	2	14
Раздел: Гимнастические и акробатические упражнения.	18	2	16
Раздел: Игры и элементы баскетбола.	38	3	35
Итого:	72	7	65

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Общее кол-во часов	В том числе	
			Т	П
Раздел: Легкоатлетические упражнения – 16 часов				
1.	Вводное занятие.	1	1	-
1.1.	Знакомство с группой, с правилами по технике безопасности, поведения в ЦДО. Уточнение расписания, внешний вид учащихся.	1	1	-
2.	Текущий контроль.	2	-	2
2.1.	Сдача контрольных нормативов. Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке.	2	-	2
3.	Теоретические сведения.	1	1	-
3.1.	Физическая культура и спорт в РФ и РК. Основные виды движений человека. Их сходство и различия. Развитие видов спорта в РК.	1	1	-
4.	Легкая атлетика.	12	-	12
4.1.	Упражнения на технику движения. Бег с изменением направления, «змейкой», с изменением ускорения. Прыжки на двух ногах, на одной ноге; на месте, с продвижением; в длину с места, с высоты 30 см. Метание малого мяча на дальность.	6	-	6
4.2.	Упражнения на развитие физических качеств. Выносливость: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности до 500 м, чередование ходьбы и бега до 1000 м. <i>Быстрота:</i> повторное выполнение беговых упражнений	6	-	6

	с максимальной интенсивностью на дистанции до 20 м, «челночный бег» 3×10 м. Скоростно-силовые способности: повторное выполнение «многоскоков» на дистанции 8 – 10 м, повторное выполнение прыжков с преодолением препятствий на дистанции 8 – 10 м.			
Раздел: Гимнастические и акробатические упражнения – 18 часов				
5.	Теоретические сведения.	1	1	-
5.1.	Сведения о строении и функциях организма. Начальное представление о работе скелета мышц. Сходство и различие между человеком и животными в строении тела и движениях. Осанка человека.	1	1	-
6.	Гимнастика.	14	-	14
6.1.	Строевые упражнения. Перестроения в колонну и шеренгу. Размыкания в колонне и шеренге. Повороты на месте.	2	-	2
6.2.	Общеразвивающие и оздоровительные упражнения. Упражнения на развитие гибкости: ходьба глубоких выпадов, в приседе; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах. Упражнения на развитие ловкости и координации: произвольное преодоление простых препятствий. Ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями. Упражнения на формирование осанки: ходьба на носках, пятках. Танцевальные упражнения.	6	-	6
6.3.	Акробатические упражнения. Лазание по гимнастической стенке, скамейке; перелезание. Упоры: присев, лежа, согнувшись. Седы: на пятках, с наклоном, углом. Группировки: из положения сидя, из упора присев. Перекаты назад из положения сидя, из упора присев.	6	-	6
7.	Воспитательная работа.	1	1	-
8.	Текущий контроль.	2	-	2
8.1.	Сдача контрольных нормативов. Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке.	2	-	2
Раздел: Игры и элементы баскетбола – 38 часов				
9.	Теоретические сведения.	2	2	-
9.1	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Основы личной гигиены и поддержание нормального внешнего вида. Гигиенические процедуры. Влияние на здоровье закаливания организма, утренней гимнастики и прогулок на свежем воздухе.	1	1	-
9.2.	Спортивный инвентарь и оборудование. Элементарные знания о формах занятий физическими упражнениями. Ознакомление с основными видами спорта, инвентарем и оборудованием.	1	1	-
10.	Подвижные игры.	10	-	10
10.1.	На материале гимнастики: «Змейка», «Через холодный ручей», «Салки не попали в болото».	4	-	4
10.2.	На материале легкой атлетики: «Два мороза», «Быстро по местам», «Пятнашки», «Чечаломён ворсём (игра в перепрыгивании)».	4	-	4

10.3.	На материале спортивных игр: «Брось-поймай», «Выстрел в небо».	2	-	2
11.	Пионербол.	8	-	8
11.1.	Стойка. Ловля и передачи. Стойка игрока. Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте.	2	-	2
11.2.	Ловля и передачи. Броски. Ловля и передача мяча в парах через сетку. Броски мяча в цель.	2	-	2
11.3.	Подачи. Броски. Подача мяча с близкого расстояния. Броски мяча через сетку с места.	2	-	2
11.4.	Игра. Игра в пионербол с низкой сеткой по упрощенным правилам.	2	-	2
12.	Специальная подготовка с элементами баскетбола.	15	-	15
12.1.	Стойка. Ловля и передача. Ведение. Стойка баскетболиста. Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте и в шаге. Ведение мяча на месте.	6	-	6
12.2.	Ведение. Броски. Ведение мяча в шаге. Броски мяча с места. Остановка в движении по звуковому сигналу.	5	-	5
12.3.	Игры. Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение ловлей и передачей мяча.	4	-	4
13.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
13.1.	Сдача контрольных нормативов. Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке.	2	-	2
14.	Итоговое занятие.	1	1	-
14.1.	Подведение итогов за учебный год. Награждение учащихся и родителей. Планирование летнего оздоровительного отдыха.	1	1	-
ИТОГО:		72	7	65

1.3.2. Календарный учебный график.

Календарный учебный график по года обучения (см. Приложение № 1 к программе).

1.3.3. Содержание учебного плана.

Раздел 1: Легкоатлетические упражнения.

1. Вводное занятие.

Тема 1.1.

Теория: Введение в деятельность. Знакомство с группой. Выяснение уровня первоначальной подготовки детей. Определение целей и задач на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

2. Текущий контроль.

Тема 2.1. Сдача контрольных нормативов.

Практика: Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке. (Бег 30, 60 м. Прыжок в длину с места. Бег 500, 1000 м. Вис, подтягивание на перекладине – мальчики. Поднимание туловища за 30 секунд – девочки. Метание набивного мяча).

3. Теоретические сведения.

Тема 3.1. Физическая культура и спорт в РФ и РК.

Теория: Основные виды движений человека: ходьба, бег, прыжки, метание предметов, лазание и перелезания, их сходство и различия. Разновидности специализированных передвижений человека: на лыжах, коньках, лодке, лошади, велосипеде, самокате, санках. Их сходство и различия. Развитие видов спорта в РК.

4. Легкая атлетика.

Тема 4.1. Упражнения на технику движения.

Практика: Бег с изменением направления, «змейкой», с изменением ускорения. Прыжки на двух ногах, на одной ноге; на месте, с продвижением; в длину с места, с высоты 30 см. Метание малого мяча на дальность.

Тема 4.2. Упражнения на развитие физических качеств.

Практика: *Выносливость:* равномерный бег в режиме умеренной интенсивности до 500 м, чередование ходьбы и бега до 1000 м. *Быстрота:* повторное выполнение беговых упражнений с максимальной интенсивностью на дистанции до 20 м, «челночный бег» 3×10 м. *Скоростно-силовые способности:* повторное выполнение «многоскоков» на дистанции 8 – 10 м, повторное выполнение прыжков с преодолением препятствий на дистанции 8 – 10 м.

Раздел 2: Гимнастические и акробатические упражнения.

5. Теоретические сведения.

Тема 5.1. Сведения о строении и функциях организма.

Теория: Начальное представление о работе скелета мышц (как человек движется, основные части тела). Сходство и различие между человеком и животными в строении тела и движениях. Осанка человека.

6. Гимнастика.

Тема 6.1. Строевые упражнения.

Практика: Перестроения в колонну и шеренгу. Размыкания в колонне и шеренге. Повороты на месте.

Тема 6.2. Общеразвивающие и оздоровительные упражнения.

Практика: *Упражнения на развитие гибкости:* ходьба глубоких выпадов, в приседе; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах. *Упражнения на развитие ловкости и координации:* произвольное преодоление простых препятствий. Ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями. *Упражнения на формирование осанки:* ходьба на носках, пятках. Танцевальные упражнения.

Тема 6.3. Акробатические упражнения.

Практика: Лазание по гимнастической стенке, скамейке; перелезания. Упоры: присев, лежа, согнувшись. Седы: на пятках, с наклоном, углом. Группировки: из положения сидя, из упора присев. Перекаты назад из положения сидя, из упора присев.

7. Воспитательная работа.

Теория: Воспитательная работа в группе проводится согласно годовому плану воспитательной работы.

8. Текущий контроль.

Тема 8.1. Сдача контрольных нормативов.

Практика: Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке. (Прыжок в длину с места. Вис, подтягивание на перекладине – мальчики. Поднимание туловища за 30 секунд – девочки. Метание набивного мяча).

Раздел 3: Игры и элементы баскетбола.

9. Теоретические сведения.

Тема 9.1. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм.

Теория: Основы личной гигиены и поддержание нормального внешнего вида. Гигиенические процедуры, необходимость в их регулярности. Влияние на здоровье закаливания организма, утренней гимнастики и прогулок на свежем воздухе.

Тема 9.2. Спортивный инвентарь и оборудование.

Теория: Элементарные знания о формах занятий физическими упражнениями. Ознакомление с основными видами спорта (баскетбол, волейбол, футбол), инвентарем и оборудованием.

10. Подвижные игры.

Тема 10.1. Игры на материале гимнастики.

Практика: Игры: «Змейка», «Через холодный ручей», «Салки не попали в болото».

Тема 10.2. Игры на материале легкой атлетики.

Практика: Игры: «Два мороза», «Быстро по местам», «Пятнашки», «Чечаломён ворсём (игра в перепрыгивании)».

Тема 10.3. Игры на материале спортивных игр.

Практика: Игры: «Брось-поймай», «Выстрел в небо».

11. Пионербол.

Тема 11.1. Стойки. Ловля и передача.

Практика: Стойка игрока. Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте.

Тема 11.2. Ловля и передачи. Броски.

Практика: Ловля и передача мяча в парах через сетку. Броски мяча в цель.

Тема 11.3. Подачи. Броски.

Практика: Подача мяча с близкого расстояния. Броски мяча через сетку с места.

Тема 11.4. Игра.

Практика: Игра в пионербол с низкой сеткой по упрощенным правилам.

12. Специальная подготовка с элементами баскетбола.

Тема 12.1. Стойка. Ловля и передача. Ведение.

Практика: Стойка баскетболиста. Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте и в шаге. Ведение мяча на месте.

Тема 12.2. Ведение. Броски. Остановка.

Практика: Ведение мяча в шаге. Броски мяча с места. Остановка в движении по звуковому сигналу.

Тема 12.3. Игры.

Практика: Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение ловлей и передачей мяча.

13. Промежуточная аттестация.

Тема 13.1. Сдача контрольных нормативов.

Практика: Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке. (Бег 30, 60 м. Прыжок в длину с места. Бег 500, 1000 м. Вис, подтягивание на перекладине – мальчики. Поднимание туловища за 30 секунд – девочки. Метание набивного мяча).

14. Итоговое занятие.

Теория: Подведение итогов за учебный год. Награждение учащихся и родителей. Планирование летнего оздоровительного отдыха.

1.4. Планируемые результаты.

Учащиеся овладеют специальными знаниями и навыками в области физкультурно-спортивной направленности, а также будет сформирована устойчивая мотивация к продуктивной работе в коллективе.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы «Занимательная физкультура» являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оценивать себя и собственную деятельность.

Метапредметными результатами являются:

Познавательные УУД:

- овладение знаниями о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, подвижные игры пр.);
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

Регулятивные УУД:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности с помощью педагога и самостоятельно;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности.

Коммуникативные УУД:

- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, проявление доброжелательности и уважительного отношения при объяснении ошибок и способов их устранения;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

По окончании обучения по данной дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе «Занимательная физкультура» учащиеся могут продолжить обучение по значимой ДОП-ДОП «Оранжевый мяч».

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Условия реализации программы.

Занятия по дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе «Занимательная физкультура» проводятся на базе МОУ «СОШ № 15». Занятия организуются в спортивном зале и на спортивной площадке, соответствующих требованиям САНПиН и техники безопасности.

Для успешной реализации данной программы требуется следующее **материально-техническое обеспечение**: оборудованный спортивный зал с гимнастическими снарядами. А также спортивный инвентарь для проведения игр по волейболу, баскетболу, эстафет, спортивная атрибутика для проведения спортивных мероприятий и соревнований.

Реализация теоретической части программы проводится через:

5 – 6 минутные беседы, которые проводятся во время тренировочного процесса.

Практическая часть проводится на оборудованном стадионе и спортивном зале - 12×24 м или 9×18 м. с использованием следующего спортивного инвентаря:

Щиты с кольцами – 6 штук.

Гимнастическая стенка – 6 пролетов.

Гимнастическая скамейка – 4 штуки.

Гимнастические маты – 4 штуки.

Скакалки – 20 штук.

Мячи набивные (масса 1 кг) – 15 штук.

Мячи баскетбольные – 15 штук.

Мячи футбольные – 2 штуки.
Сетка волейбольная – 1 штука.
Стойка волейбольная – 2 штуки.
Стойки для обводки – 12 штук.
Гимнастический трамплин – 1 штука.
Мячи резиновые разные – 10 штук.
Насос ручной – 1 штука.
Рулетка – 1 штука.
Мячи волейбольные – 15 штук.
Секундомер – 2 штуки.
Мячи теннисные – 15 штук.
Палки гимнастические – 20 штук.
Рукоход – 1 штука.
Перекладина настенная – 3 штуки.

Все оборудование и инвентарь должно соответствовать требованиям по технике безопасности.

Обязательно наличие спортивной формы для учащихся:

- спортивная форма, не стесняющая движения;
- кроссовки или кеды с нескользкой подошвой.

Место проведения занятий должно быть хорошо освещенным и соответствовать нормам, свет должен быть равномерным, над всей игровой площадкой, без прямого попадания света в глаза учащихся. Помещение должно быть хорошо проветриваемым.

2.2. Информационно-методическое обеспечение.

1. Методические рекомендации ФИЖ, правила игры в баскетбол и др. командные игры.
2. Книги, журналы, брошюры по физической культуре и спорту.
3. Методические разработки:
 - «Питание и режим спортсмена. Личная гигиена спортсмена»;
 - «Спортивные игры»;
 - Сценарии коллективных спортивных праздников.
4. Архивы фотоматериалов и публикаций.

Интернет-ресурсы:

1. Диагностика для кружка «Школа здоровья». [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/fizkultura/diagnostika-dlya-kruzhka-%C2%AB-shkola-zdorovya%C2%BB>
2. Официальный сайт ВФСК ГТО [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.gto.ru/>
3. Официальный сайт проекта «ИНФОУРОК» - курсы, тесты. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://infourok.ru/>
4. Официальный сайт Федерация Спортивной акробатики России. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://acrobatica-russia.ru/>

5. Презентация «Виды спорта» к занятиям по физической культуре. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskii-sad/fizkultura/prezentatsiya-vidy-sporta-k-zanyatiyam-po-fizicheskoi-kulture>

2.3. Методы и технологии обучения и воспитания.

В учебно-воспитательном процессе используются следующие методы обучения:

1. Организационные:

- словесный (устное изложение, объяснение, описание, название упражнения, беседа, инструктаж);
- наглядный (демонстрация педагогом действия, упражнения, помощь);
- наблюдение (контрольно-коррекционный);
- практический (повторение, самостоятельное выполнение упражнения, игровой и соревновательные методы, метод целостного обучения и метод расчлененного обучения).

2. Мотивационные (убеждение, поощрение).

В практике учебного процесса применяются современные *педагогические технологии*:

Элементы педагогических технологий	Эффект использования технологий
<i>Технология разноуровневого обучения</i>	- работа детей в парах, группах, когда в одной группе находятся учащиеся с разными физическими данными; - предлагаемые упражнения учитывают возможности детей данного возраста: их индивидуальные способности и физическое развитие.
<i>Технология игрового обучения</i>	- улучшение процесса запоминания и освоения упражнений; - повышение эмоционального фона занятий; - развитие мышления, воображения и творческих способностей; - формирование коммуникативных качеств, социализация ребенка в коллективе;
<i>Технология коллективного взаимодействия</i>	- самостоятельность, взаимовыручка и коллективизм (все учат каждого, и каждый учит всех), - помощь товарищу при освоении упражнений; - умение работать в микрогруппах; - воспитание общественно-активной личности; позитивная социализация учащихся.
<i>Здоровье сберегающая технология</i>	- использование технологии обеспечивает сохранность здоровья учащихся при проведении занятий; - организация каникулярного отдыха; - способствовать развитию мотивации позитивного отношения к здоровому образу жизни; - создание атмосферы доброжелательности, принятия каждого ребенка.
<i>Рефлексивная технология</i>	- обеспечение субъект-субъектных отношений в процессе обучения; - контроль и закрепление знаний учащихся; - развитие контрольно-оценочной самостоятельности учеников; - совместное обсуждение понятого, увиденного, проделанного на занятиях и краткое резюме педагога в конце занятия.

Образовательная деятельность строится на основе *системно-деятельного подхода*, основной результат применения которого – развитие личности ребенка на основе универсальных учебных действий.

Деятельный подход к обучению предусматривает:

- наличие у детей познавательного мотива и конкретной учебной цели;
- выполнение учащимися определённых действий для приобретения знаний, умений и навыков;
- выявление и освоение учащимися способа действия, позволяющего осознанно применять приобретённые знания;
- формирование у учащихся умения контролировать свои действия;
- включение содержания обучения в контекст решения значимых жизненных задач.

Структура занятия.

Занятие состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

Задачи подготовительной части:

1. Организовать группу.
2. Поставить цель и задачи занятия.
3. Активизировать внимание учащихся, создать бодрое и рабочее настроение.
4. Подготовить организм учащихся к предстоящей работе, настрой центральной нервной системы, подготовка опорно-двигательного аппарата к выполнению упражнений в основной части занятия, а также повысить функциональные возможности организма.

Для решения этих задач в подготовительной части используются различные средства: строевые упражнения, разновидности передвижений, танцевальные упражнения, подвижные игры. Упражнения с высокой интенсивностью выполнения в подготовительную часть включать нецелесообразно, т.к. они могут снизить работоспособность детей в основной части. Поэтому здесь не ставятся задачи развития у детей таких двигательных качеств как сила, выносливость.

Задачи основной части:

В этой части занятия решаются ее главные задачи: развитие двигательных навыков и волевых качеств детей, изучение и совершенствование упражнений.

Для решения этих задач в основной части занятия используется значительный объём упражнений. Средствами основной части занятия являются: бег, прыжки, выполнение упражнений ОФП и СФП, подвижные игры.

Задачи заключительной части:

В заключительной части занятия необходимо постепенно снижать физическую нагрузку, чтобы обеспечить нормальный переход учащихся к иной деятельности или отдыху.

Средствами, способствующими решению этих задач, являются, успокаивающие и дыхательные упражнения (ходьба, упражнения на расслабление), отвлекающие (на внимание, на координацию, спокойные игры), упражнения, способствующие повышению эмоционального состояния.

Завершается занятие общим построением, подведением итогов, рефлексией.

Мотивация к совершенствованию в учебной деятельности.

Данный этап процесса обучения предполагает осознанное вхождение учащегося в пространство учебной деятельности по «открытию» новых знаний. С этой целью организуется его мотивирование к учебной деятельности:

- актуализируются требования к нему со стороны учебной деятельности в соответствии с принятыми нормами («надо»);
- создаются условия для возникновения внутренней потребности включения в учебную деятельность («хочу»);
- устанавливаются тематические рамки («могу»).

Основные воспитательные технологии, применяемые во время образовательного и воспитательного процесса по программе «Занимательная физкультура»:

- *технология КТД И.П. Иванова (коллективные творческие дела);*
- *педагогика сотрудничества.*

Технология коллективно-творческой деятельности, которая предполагает развитие творческих способностей и приобщение к разнообразной творческой деятельности, способствует воспитанию активной творческой личности.

Данная технология направлена на формирование умения работать в команде, выявление организаторских и лидерских качеств личности. Технология применяется при организации соревновательной деятельности и физкультурно-массовых мероприятий в самом Центре, а также организацию работы с родителями.

Педагогика сотрудничества предполагает гуманное отношение к детям, включающее:

- заинтересованность педагога в их судьбе: сотрудничество, общение;
- отсутствие принуждения, наказания, оценивания, запретов, угнетающих личность;
- отношение к ребенку как к уникальной личности («в каждом ребенке – чудо»);
- терпимость к детским недостаткам, веру в ребенка и в его силы («все дети талантливы»).

Используя во время общения с учащимися различные средства, методы, способы организации взаимодействия и сотрудничества можно разрешить самые сложные ситуации, связанные как с образовательным процессом, так и с организацией культурно - досуговой деятельности. Также необходимо постоянно стимулировать интерес учащихся к самому образовательному процессу по программе (рассказать интересные истории, связанные с известными людьми; не забывать говорить слова благодарности за проделанную совместную работу, применять методы поощрения), развивать их самостоятельность, практическую и интеллектуальную инициативу, а также творчество.

Воспитательная работа с учащимися и работа с родителями (законными представителями)

Воспитательная работа с учащимися является неотъемлемой частью программы, которая направлена на социализацию и адаптацию учащихся, укрепление семейных ценностей, ценностного отношения к здоровому образу жизни, соблюдению безопасных условий, укреплению взаимодействия с родителями, организацию досуговой, активной деятельности, патриотическое и духовно-нравственное воспитание.

В *план воспитательной работы* входит: беседы с тематикой нравственного и личностного воспитания учащихся, вечера отдыха, викторины, открытые занятия для родителей и для учащихся, походы на природу. Все перечисленные мероприятия помогут более полно развить эмоциональную сферу, удовлетворить потребность в творческой деятельности, сформировать коммуникативные качества учащихся. Воспитательная деятельность по направлениям работы отражается в ежегодном плане воспитательной работы (см. Приложение № 5).

Основными направлениями в *работе с родителями* (см. Приложение № 6) являются:

- информационное педагогическое обеспечение родителей в вопросах воспитания, оздоровления, ознакомление с текущими и прогнозируемыми результатами обучения, воспитания;
- вовлечение родителей в образовательный процесс через посещение занятий, спортивных мероприятий, творческих отчетов, демонстрацию родителям учебных достижений детей;
- создание системы совместного досуга детей и родителей через организацию коллективной творческой деятельности, праздников, соревнований;
- формирование родительского комитета;
- анкетирование родителей.

2.4. Формы контроля, промежуточной аттестации.

Выявление уровня теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам программы осуществляется в соответствии с «Положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной аттестации учащихся МУ ДО «ЦДОД № 9».

Для определения результатов и качества освоения образовательной программы нужна система отслеживания, то есть четкий педагогический контроль, за уровнем знаний умений и навыков детей.

С этой целью вводится трехуровневая система контроля за развитием учащихся. Результаты отслеживаются путем:

- определения стартового уровня физического развития детей. Форма проведения - сдача контрольных нормативов;
- текущий контроль. Форма проведения - сдача контрольных нормативов, контрольные тесты;
- промежуточной аттестации (проводится в конце завершения обучения, как результат освоения учащимися программы в целом).

Педагогический контроль осуществляется в традиционных формах: сдача контрольных нормативов, тестирование.

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по 3 уровням: высокий, средний, низкий.

2.4.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации на 1 год обучения

Виды контроля	Цель	Содержание	Форма	КИМы, критерии
Текущий контроль (сентябрь)	Выявление интереса у учащихся к занятиям спортом	Содержание беседы позволяет определить желание учащегося заниматься спортом	Беседа	Высокий уровень - Возникает желание заняться спортом без внешней мотивации Средний уровень - Возникает желание заниматься спортом, но порождает проблему выбора. Для завершения работы требуется эмоциональная поддержка педагога. Низкий уровень - В игровых заданиях разговаривает на отвлеченные темы, равнодушен к процессу и результату игры.
Текущий контроль (ноябрь)	Теоретические знания	Определить уровень объем знаний учащихся, которым они должны обладать	Тест	Высокий уровень – 12 из 12 ответов Средний уровень – 8 из 12 ответов Низкий уровень – 5 и менее правильных ответов
Текущий контроль	Определение уровня физической под-	Выполнение контрольных	Сдача КН	Высокий уровень – нормативы выполне-

(декабрь)	готовленности	нормативов		ны на оценку отлично. Средний уровень – нормативы выполнены на оценку хорошо. Низкий уровень – нормативы выполнены на оценку удовлетворительно.
Промежуточная аттестация (май)	Определение уровня физической подготовленности по баскетболу.	Выполнение контрольных нормативов	Сдача КН	Высокий уровень – нормативы выполнены на оценку отлично Средний уровень – нормативы выполнены на оценку хорошо Низкий уровень – нормативы выполнены на оценку удовлетворительно
		Выявление умения учащихся «видеть партнера по игре» (коммуникативные качества)	Игра	Высокий – знает возможности членов команды, правильно пасует, хорошо разыгрывает мяч. Средний – делает пасы, но не всегда верно. Низкий – не передает мяч, работает один.

3. Список литературы.

3.1. Нормативно – правовые документы.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/?ysclid=lwrrirwgd6266574295;

2. Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (последняя редакция) «О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551;

3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015?ysclid=lwoxhs7mfu137214852&index=1> ;

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/?ysclid=li32z1bq5o229464864>;

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/73178052/?ysclid=li330udbh8832793959>;

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/71770012/?ysclid=li334hz4m9109405043>;

7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05. 2015 № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>;

8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>;

9. Постановление главного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>;

10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/400289764/?ysclid=li339m2s4p438841429>;

11. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12. 2018, протокол № 3) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://ioe.hse.ru/data/2020/07/17/1597041961/%D0%A4%D0%9F%20%D0%A3%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%85%20%D0%BA%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf?ysclid=lwqagzz3d9837583036>;

12. Постановление Правительства Республики Коми от 11.04. 2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>;

13. План мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Коми (утвержден распоряжением Правительства Республики Коми от 06.09.2022 № 385-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/405263135/?ysclid=li33etlq3i252804576> ;

14. Решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011-61 «О Стратегии социально-экономического развития муниципального образования городского округа «Сыктывкар» до 2035 года» (с изменениями на 23 июня 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>;

15. Методические рекомендации Министерства образования и молодежной политики Республики Коми по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 № 07-13/631 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sykt-uo.ru/files/.pdf?ysclid=li33hnzjce205693060>;

16. Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://form.instrao.ru>;

17. Устава МУ ДО «ЦДОД № 9» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://r1.nubex.ru/s10712-8c5/f1570_08/Новая%20редакция%20УСТАВА%20\(2022%20год\).pdf](https://r1.nubex.ru/s10712-8c5/f1570_08/Новая%20редакция%20УСТАВА%20(2022%20год).pdf)

18. Лицензия на осуществление деятельности МУ ДО «ЦДОД № 9» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://r1.nubex.ru/s10712-8c5/f343_4e/Лицензия.jpg.pdf

3.2. Список литературы для педагога.

1. Ахмеров Э.К., Бобрович Э.И., Геллер Е.М., Кудряшов В.А. Спортивные и подвижные игры в школе, пособие для учителей. Издательство «Народная асвета». Минск. 1968 год.

2. Брыкин А.Т., Шлемин А.М. «Гимнастика». М.: Ф и С. 1979 год.

3. Водяникова В.П. Программы средней школы. Физическая культура (внеклассная работа). С. 1 – 11. М.: Просвещение. 1982 год.

4. Коротков И.М. «Подвижные игры в школе». М.: Просвещение. 1979 год.

5. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. М.: Ф и С. 1998 год.

6. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся I – XI классов, 6-е издание. М.: Просвещение. 2009 год.

7. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Спортивные кружки и секции. Издание третье, переработанное и дополненное. М.: Просвещение. 1986 год.

8. Программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов, основанная на одном из видов спорта (баскетбол). М.: Просвещение. 1992 год.

9. Портных Ю.И. Спортивные игры и методика преподавания. Издание второе, переработанное и дополненное. М.: Ф и С. 1986 год.

10. Яковлев В.Г., Гриневский А.Н. «Игры для детей». М.: ПО «Сфера» ВГФ им. А.С. Пушкина. 1992 год.

11. Журнал «Физическая культура в школе». М.: Изд. Школа-Пресс. № 4. 1997 год.

3.3. Список литературы для учащихся.

1. Лях В.И. «Мой друг физкультура». М.: Просвещение. 2006 год.

4. Учебно-методический комплекс.

1. Календарный учебный график по годам обучения. (Приложение № 1).

2. Критерии оценки освоения программы. (Приложение № 2).

3. Контрольно-измерительные материалы к ДОП - ДОП «Занимательная физкультура» 1 года обучения (Приложение № 3).

4. Критерии определения уровня развития, воспитания и социализации личности учащегося (Приложение № 4).

5. План мероприятий, в рамках реализации программы воспитания в МУ ДО «ЦДОД № 9» (Приложение № 5).

6. План работы с родителями (Приложение № 6).

Приложение № 1
к дополнительной общеобразовательной
программе – дополнительной общеразвивающей
программе «Занимательная физкультура»

Календарный учебный график 1 года обучения

Дата проведения занятия		Раздел/ темы программы	Кол-во часов	Содержание	Кол-во часов	Т	П	К	Из них НРК
план	факт								
04.09.24		Раздел: Легкоатлетические упражнения. Тема 1. Вводное занятие.	16 1	- Знакомство с группой, с правилами по технике безопасности, поведения в ЦДО. Уточнение расписания, внешний вид учащихся.	1	1			
06.09.24		Тема 2. Текущий контроль.	2	- Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке.	1		1	1	
08.09.24		2.1. Сдача контрольных нормативов:			1		1	1	
13.09.24		Тема 3. Теоретические сведения. 3.1. Физическая культура и спорт в РФ и РК:	1 1	- Основные виды движений человека. Их сходство и различия. Развитие видов спорта в РК.	1	1			1
15.09.24		Тема 4. Легкая атлетика.	12	- Бег с изменением направления, «змейкой», с изменением ускорения. - Прыжки на двух ногах, на одной ноге; на месте, с продвижением; в длину с места, с высоты 30 см. - Метание малого мяча на дальность.	1		1		
20.09.24		4.1. Упражнения на технику движения:	6		1		1		
22.09.24					1		1		
27.09.24					1		1		
29.09.24					1		1		
04.10.24					1		1		
06.10.24		4.2. Упражнения на развитие физических качеств:	6	- Выносливость: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности до 500 м, чередование ходьбы и бега до 1000 м.	1		1		
11.10.24		- <i>Быстрота</i> : повторное выполнение беговых упражнений с максимальной интенсивностью на дистанции до 20 м, «челночный бег» 3×10 м.		1		1			
13.10.24				1		1			
18.10.24				1		1			
20.10.24				1		1			
25.10.24				1		1			
27.10.24		Раздел: Гимнастические и акроба-		- Начальное представление о работе скелета	1	1			

Дата проведения занятия		Раздел/ темы программы	Кол-во часов	Содержание	Кол-во часов	Т	П	К	Из них НРК	
план	факт									
		теоретические упражнения. Тема 5. Теоретические сведения. 5.1. Сведения о строении и функциях организма.	18 1 1	мышц. Сходство и различие между человеком и животными в строении тела и движениях. Осанка человека.						
01.11.24		Тема 6. Гимнастика. 6.1. Строевые упражнения.	14 2	- Перестроения в колонну и шеренгу. Размыкания в колонне и шеренге. Повороты на месте.	1		1			
03.11.24					1		1			
08.11.24		6.2. Общеразвивающие и оздоровительные упражнения.	6	- Упражнения на развитие гибкости: ходьба глубоких выпадов, в приседе; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах. - Упражнения на развитие ловкости и координации: произвольное преодоление простых препятствий. - Ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями. - Упражнения на формирование осанки: ходьба на носках, пятках. Танцевальные упраж.	1		1			
10.11.24					1		1			
15.11.24					1		1			
17.11.24					1		1			
22.11.24					1		1			
24.11.24					1		1			
29.11.24					6.3. Акробатические упражнения.	6	- Лазание по гимнастической стенке, скамейке; перелезания. - Упоры: присев, лежа, согнувшись. Седы: на пятках, с наклоном, углом. - Группировки: из положения сидя, из упора присев. Перекаты назад из положения сидя, из упора присев.	1		1
01.12.24		1		1						
06.12.24		1		1						
08.12.24		1		1						
13.12.24		1		1						
15.12.24		1		1						
20.12.24		Тема 7. Воспитательная работа.	1	Воспитательная работа.	1		1			
22.12.24		Тема 8. Текущий контроль. 8.1. Сдача контрольных нормативов.	2	- Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке.	1		1	1		
27.12.24					1		1	1		
29.12.24		Раздел: Игры и элементы баскетбола. Тема 9. Теоретические сведения.	38 2	- Основы личной гигиены и поддержание нормального внешнего вида. Гигиенические процедуры. Влияние на здоровье закаливания	1	1				

Дата проведения занятия		Раздел/ темы программы	Кол-во часов	Содержание	Кол-во часов	Т	П	К	Из них НРК
план	факт								
		9.1. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм.	1	организма, утренней гимнастики и прогулок на свежем воздухе.					
12.01.25		9.2. Спортивный инвентарь и оборудование.	1	- Элементарные знания о формах занятий физическими упражнениями. Ознакомление с основными видами спорта, инвентарем и оборудованием.	1	1			
15.01.25		Тема 10. Подвижные игры.	10	- «Змейка»,	1				
19.01.25		10.1. На материале гимнастики:	4	- «Через холодный ручей»,	1				
22.01.25				- «Салки не попали в болото».	1				
26.01.25					1				
29.01.25		10.2. На материале легкой атлетики:	4	- «Два мороза»; «Быстро по местам», «Пятнашки».	1				
02.02.25				- «Чечаломён ворсём (игра в перепрыгивании)».	1				
05.02.25				- «Два мороза»; «Быстро по местам», «Пятнашки», «Чечаломён ворсём (игра в перепрыгивании)».	1		1		
09.02.25									
12.02.25		10.3. На материале спортивных игр:	2	- «Брось-поймай».	1		1		
16.02.25				- «Выстрел в небо».	1		1		
19.02.25		Тема 11. Пионербол.	8	- Стойка игрока.	1		1		
26.02.25		11.1. Стойка. Ловля и передачи.	2	- Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте.	1		1		
28.02.25		11.2. Ловля и передачи. Броски.	2	- Ловля и передача мяча в парах через сетку.	1		1		
04.03.25				- Броски мяча в цель.	1		1		
06.03.25		11.3. Поддачи. Броски.	2	- Поддача мяча с близкого расстояния.	1		1		
13.03.25				- Броски мяча через сетку с места.	1		1		
15.03.25		11.4. Игра.	2	- Игра в пионербол с низкой сеткой по упрощенным правилам.	1		1		
20.03.25					1		1		
22.03.25		Тема 12. Специальная подготовка с элементами баскетбола.	15	- Стойка баскетболиста.	1		1		
		12.1. Стойка. Ловля и передача. Ведение.	6	- Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте и в шаге.					
				- Ведение мяча на месте.					

Дата проведения занятия		Раздел/ темы программы	Кол-во часов	Содержание	Кол-во часов	Т	П	К	Из них НРК
план	факт								
27.03.25		12.1. Стойка. Ловля и передача. Ведение.		- Стойка баскетболиста. - Ловля и передача мяча в парах, стоя на месте и в шаге. - Ведение мяча на месте.	1		1		
29.03.25					1		1		
03.04.25					1		1		
05.04.25					1		1		
10.04.25					1		1		
12.04.25		12.2. Ведение. Броски.	5	- Ведение мяча в шаге. - Броски мяча с места. - Остановка в движении по звуковому сигналу.	1		1		
17.04.25					1		1		
19.04.25					1		1		
24.04.25					1		1		
26.04.25					1		1		
03.05.25		12.3. Игры.	4	- Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение ловлей и передачей мяча.	1		1		
06.05.25					1		1		
10.05.25					1		1		
13.03.25					1		1		
17.05.25		Тема 13. Промежуточная аттестация. 13.1. Сдача контрольных нормативов.	2 2	Выполнение контрольных упражнений по общей физической подготовке.	1		1	1	
20.05.25					1		1	1	
24.05.25		Тема 14. Итоговое занятие.	1	Подведение итогов за учебный год. Планирование летнего оздоровительного отдыха.	1	1			
		Итого	72		72	7	65		

Приложение № 2
к дополнительной общеобразовательной
программе – дополнительной общеразвивающей
программе «Занимательная физкультура»

Критерии оценки освоения программы.

В теоретических разделах оценивается правильность ответов.
Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

При самостоятельном решении задач оцениваются:

1. Соответствие результата необходимым требованиям.
2. Правильность выполнения.
3. Соблюдение ТБ.

При *сдаче контрольных нормативов* по ОФП оценивается:

Высокий уровень – большая часть нормативов выполнена на высоком уровне, и учащийся не допустил грубых ошибок.

Средний уровень – нормативы выполнены на среднем уровне.

Низкий уровень – учащийся выполнил большую часть нормативов на низкий уровень

Приложение № 3
к дополнительной общеобразовательной
программе – дополнительной общеразвивающей
программе «Занимательная физкультура»

Контрольно-измерительные материалы
к ДОП - ДОП «Занимательная физкультура» 1 года обучения.

Контрольные задания № 1 по освоению программы
«Занимательная физкультура»

Цель: определить уровень усвоения учащимися теоретической части программы.

Тест «Режим дня и личная гигиена»

1. Выбери один правильный ответ

1) Ночной сон должен быть не менее ___ часов		2) Утреннюю зарядку необходимо выполнять ___	
4	8	Ежедневно	Ежемесячно
6	10	Еженедельно	Никогда
3) Ногти необходимо постригать ___		4) Что закаляют водные процедуры?	
Раз в неделю	Два раза в неделю	Наш организм	Нашу ванную
Не надо	По мере отрастания	Наше полотенце	Наша ноги

2. Ответь на вопросы «Да» или «Нет»:

- 1) Нужно ли умываться утром и вечером?
- 2) Можно ли скрывать сведения о получении укусов от животных?
- 3) Можно ли есть немытые сырые овощи, фрукты и ягоды?
- 4) Нужно ли ежедневно (утром и вечером) чистить зубы?
- 5) Можно ли гладить бездомных животных?

3. Сопоставь термины и определения.

Режим дня	Деятельность человека, направленная на укрепление здоровья и развитие физических способностей
Личная гигиена	Правильное распределение времени, на основные жизненные потребности человека
Физическая культура	Раздел гигиены, в котором изучаются вопросы сохранения и укрепления здоровья человека

Нормативы для учащихся 7 лет

№ п/п	Нормативы	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м (сек)	5,6	6,2	7,5	5,8	6,4	7,6
2.	Бег 500 м (мин, сек)	2,50	3,20	3,50	3,15	3,40	4,10
3.	Прыжок в длину с места (см)	110	100	90	100	90	80
4.	Вис на высокой перекладине (сек)	15	12	10	—	—	—
5.	Поднимание туловища за 30 сек.	—	—	—	18	15	12

	(кол-во раз)						
6.	Метание набивного мяча (см)	250	200	170	210	180	150

Нормативы для учащихся 8 лет

№ п/п	Нормативы	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м (сек)	5,4	6,0	7,1	5,6	6,2	7,3
2.	Бег 500 м (мин, сек)	2,40	3,10	3,40	3,05	3,30	4,00
3.	Прыжок в длину с места (см)	120	110	100	110	100	90
4.	Вис на высокой перекладине (сек)	20	17	15	—	—	—
5.	Поднимание туловища за 30 сек. (кол-во раз)	—	—	—	20	17	15
6.	Метание набивного мяча (см)	270	230	190	250	200	170

Нормативы для учащихся 9 лет

№ п/п	Нормативы	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м (сек)	5,1	5,7	6,8	5,3	6,0	7,0
2.	Бег 1000 м (мин, сек)	5,45	6,20	7,00	6,00	6,45	7,30
3.	Прыжок в длину с места (см)	155	145	135	150	140	130
4.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5	3	1	—	—	—
5.	Поднимание туловища за 30 сек. (кол-во раз)	—	—	—	25	22	19
6.	Метание набивного мяча (см)	290	250	200	270	210	185

Нормативы для учащихся 10 лет

№ п/п	Нормативы	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 60 м (сек)	10,6	11,2	11,8	10,8	11,6	12,2
2.	Бег 1000 м (мин, сек)	5,20	5,45	6,40	5,45	6,30	7,20
3.	Прыжок в длину с места (см)	165	155	145	160	150	140
4.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	6	4	2	—	—	—
5.	Поднимание туловища за 30 сек. (кол-во раз)	—	—	—	27	25	21
6.	Метание набивного мяча (см)	320	280	230	310	260	210

Протокол фиксации результатов промежуточной аттестации

Группа № _____

Дата: _____ Педагог дополнительного образования:

А.Н. Козлов

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Теория / Контрольные нормативы по ОФП														Об- щая оцен ка
		«Режим дня и личная гигиена»		Бег: 30/60 м (сек)		Бег: 500/1000 м (мин, сек)		Прыжок в длину с ме- ста (см)		Вис на высокой перекладине (сек)/ Подтягивание на высокой перекла- дине (раз)		Поднимание туловища за 30 сек. (кол- во раз)		Метание набивного мяча (см)		
		сумма отве- тов	оценка	ре- зульт- тат	оценка	ре- зульт- тат	оценка	ре- зульт- тат	оценка	ре- зульт- тат	оценка	ре- зульт- тат	оценка	ре- зульт- тат	оценка	
1.																
2.																
3.																
4.																
5.																
6.																
7.																
8.																
9.																
10.																
11.																
12.																
13.																
14.																
15.																

Подпись педагога

Расшифровка подписи (ФИО)

Протокол определения уровня воспитанности учащихся по итогам обучения по ДОП-ДОП «Занимательная физкультура»

Дата проведения: _____ № группы _____

№ п / п	Ф.И. учащегося полно- стью	Отношение (мотивация) учащегося								
		К труду	К коллективу	К социуму	К культуре и искусству	К Здоровому образу жизни	К самовоспита- нию	К конкурентно - способности	Сум ма в бал- лах	Об- щий уро- вень (в, с, н)
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										
<u>Количество человек в группе</u>		В - С - Н - чел.	В - С - Н - чел.	В - С - Н - чел.	В - С - Н - чел.	В - С - Н - чел.	В - С - Н - чел.	В - С - Н - чел.		

ИТОГО: общий уровень отношения (мотивации) учащегося

«В» - ... чел., ... %

«С» - ... чел., ... %

«Н» - ... чел., ... %

Подпись педагога

Расшифровка подписи (ФИО)

План мероприятий, в рамках реализации программы воспитания в МУ ДО «ЦДОД № 9»

Название программы «Занимательная физкультура». Год обучения 1 год.

Задачи:

- формирование культуры поведения в МУ ДО «ЦДОД № 9»;
- формирование представления о традициях, событиях, фактах истории своего объединения, Центра и школы;
- формирование уважительного отношения к событиям, фактам и традициям города, Республики, Страны, ценностного отношения к своей семье, достоинствам другого человека;
- формирование позитивного отношения к творчеству и труду;
- формирование уважительного отношения к родителям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим;
- формирование представления о семейных ценностях, гендерных семейных ролях и уважения к ним;
- формирование активной позиций родителей (законных представителей) в жизни детей через вовлечение в совместную деятельность объединения, Центра;
- расширение у родителей (законных представителей) психолого-педагогических, правовых знаний, знаний в области безопасного и здорового образа жизни;
- формирование основ безопасного образа жизни и поведения при пожаре, чрезвычайных ситуациях, на водных объектах в осеннее - зимний и весенне-летний периоды, на улицах и дорогах, в сети интернет;
- формирование представлений о личной гигиене, санитарной безопасности;
- профилактика асоциальных форм поведения;
- профилактика вирусных заболеваний;
- формирование представлений об основах финансовой грамотности (экономики);
- развитие познавательного интереса к экономике и формирование правильного отношения к деньгам, бережного отношения к предметам, изготовление которых требует кропотливого труда разных по специальности людей;
- воспитание положительного отношения к богатству как результату труда человека;
- развитие самостоятельности и осознание личной ответственности за свои поступки;
- воспитание трудолюбия и экономической ответственности.

Месяц	Модуль программы «Воспитание»	Направление деятельности	Мероприятие (название, форма)	Категория участников
Сентябрь	«Традиции Центра»	Объединения Центра; профорientация	Акция «Запишись в Центр».	Учащиеся 7 -18 лет
			Оформление стенда «Наши детские творческие коллективы, Добро пожаловать!»	Учащиеся разных возрастных групп, педагоги ДО, родители (ЗП)
		Самоуправление	Выборы председателя Совета учащихся.	Учащиеся разных возрастных групп
	«Гражданин России»	Организация общественно-полезных дел (далее ОПД)	День солидарности в борьбе с терроризмом 3 сентября. Акция «Белый журавлик».	Учащиеся 7 -18 лет, педагоги ДО
		- экскурсия	Интерактивная экскурсия «По страницам памятных дат» в рамках Дня Знаний.	Учащиеся разных возрастных групп
		ОПД	Участие в праздновании дней поселков: Краснозатонский и В. Максаковка по отдельному плану.	Учащиеся разных возрастных групп
	«Семья»	Работа с родителями и учащимися	День открытых дверей «Открой мир творчества!», посвященный началу нового учебного года (история, традиции, символика, детские коллективы Центра).	Учащиеся разных возрастных групп, педагоги ДО, родители (ЗП)
«Азбука безопасности»	Комплексная безопасность	Профилактическое мероприятие «Внимание! Пешеход!» в рамках недели безопасности дорожного движения. Встреча с инспектором ГИБДД.	Учащиеся разных возрастных групп	
Сентябрь	«Здоровое поколение»	ОПД	Спортивный соревнования по мини футболу среди семейных команд «Футбольный ажиотаж», в рамках празднования Дня знаний.	Учащиеся 5 – 10 лет, педагоги ДО ФСН, родители (ЗП)
	«Зеленая планета»	ОПД	Экологический десант «Мой любимый школьный двор».	Учащиеся всех возрастных групп
Октябрь	«Традиции Центра»	Ключевые дела	Театрализованное представление: «Шоу-реклама: твой мир увлечений».	Учащиеся групп 1 г.о.
		Объединения Центра	Участие в муниципальных конкурсах: - «Я- автор»; - «Будущие профессионалы».	Учащиеся 14-18 лет
	КТД	Праздничный концерт и выставка «Примите наши поздравления», посвященные Дню учителя.	Совет учащихся, творческие группы	

			Фотомарш «Моя прекрасная, малая Родина», посвященная Дню основания посёлков.	
	«Гражданин России»	Самоуправление	Участие в акции «Мы вместе!» в рамках Дня пожилого человека.	Учащиеся 7 – 14 лет
		ОПД	Акция в рамках Дня памяти жертв политических репрессий (Фоторепортаж).	Совет учащихся, творческие группы
	«Семья»	Работа с родителями и с учащимися	Общее родительское собрание «Территория хорошего настроения». Анкетирование.	Учащиеся, педагоги ДО, родители
Октябрь	«Семья»		Квест - ориентирование «Затонский забег» в рамках празднования дня посёлка Краснозатонский.	
	«Здоровое поколение»	Ценностная безопасность	День детского здоровья. Проведение подвижных игр «Спортивная семья», посвященная Дню отца в РК.	Учащиеся, педагоги ДО ФСН; родители (ЗП)
			День здоровья «Наша сила в нашем здоровье»: осенние турниры по футболу, баскетболу, волейболу и тэг-регби.	Учащиеся объединений ФСН
	«Зеленная планета»	Ключевые дела	«Экологическая квест-игра «Вторичная переработка».	Учащиеся 7-14 лет
Ноябрь	«Традиции Центра»	Самоуправление; объединения Центра	Акция «Сундук добрых слов», посвященная Международному Дню толерантности (16 ноября) и Всемирному Дню прав ребенка (20 ноября). Участие в муниципальных конкурсах: «Я-автор», «Будущие профессионалы».	Учащиеся 14- 18 лет
		Самоуправление	Участие в мероприятиях, посвященных Всемирному Дню памяти жертв ДТП.	Учащиеся всех возрастных категорий
	«Гражданин России»	КТД	Конкурс чтецов «Читаем С.И. Тургенева», посвященный 205-летию со дня рождения автора.	Учащиеся 10 – 14 лет
		Видео-экскурсия	Игра-путешествие «Моя многоликая Россия», посвященная Дню народного единства (4 ноября).	Учащиеся, родители (ЗП), педагоги ДО
	«Семья»	Работа с родителями и с учащимися	Конкурс открыток, литературных поздравлений ко Дню Матери «Мама – это значит ЖИЗНЬ!» (с размещением на сайте Центра)	Учащиеся объединений ХН, родители (ЗП)
Ноябрь		КТД	Праздничная программа «С праздником, милые мамы!»	

		Работа с родителями и с учащимися	«Семейных традиций сундук» выставка изделий и поделок, сделанных руками мам и бабушек (мастер-классы).	Учащиеся объединений ХН, родители (ЗП)
	«Азбука безопасности»	Комплексная безопасность	Профилактическое мероприятие «Правила поведения людей в период ледостава».	Учащиеся 7 – 18 лет
			Экспресс программа «Безопасность в интернете», «Цифровой этикет».	
	«Зеленая планета»		Акция «Птичья столовая».	
	«Здоровое поколение»		Викторина-игра «Мы здоровыми растем!»	
Декабрь	«Традиции Центра»	КТД	«У всех Новый год!» театрализованные утренники, представления, развлекательные программы в период празднования Нового года и Рождества (цикл).	Учащиеся 5 – 12 лет
		Самоуправление	Тематическая площадка «В ритме праздника!» в период подготовки к празднованию НГ.	Совет учащихся, инициативные группы
	«Гражданин России»	ОПД; Самоуправление	Участие в Всероссийских мероприятиях: Международный день добровольца (5 декабря); День неизвестного солдата (3 декабря); Дню Героев Отечества (9 декабря) (посещение памятников)	Совет учащихся
	«Семья»	Работа с родителями и учащимися	Творческие мастерские по интересам «Золотые руки»: - мастер-класс по изготовлению новогодних сувениров «Мастерская Деда Мороза».	Учащиеся, родители, педагоги ДО
	«Азбука безопасности»	Комплексная безопасность	Оформление стенда «Осторожно - Пиротехника!»	Учащиеся всех объединений
			Профилактическое мероприятие по предупреждению пожарной ситуации в период новогодних каникул «Осторожно – Новый год!»	
	«Здоровое поколение»	КТД, работа с учащимися	«Зимние игры на призы Снеговика» Спортивные турниры по всем видам.	Учащиеся ФСН
Январь	«Традиции Центра»	КТД	Конкурс - выставка «Январская распродажа» в рамках благотворительной акции «Подарок от всего сердца!»	Учащиеся объединений ХН прикладного творчества
			«Рождественские посиделки!» фольклорный праздник	

			для учащихся начального звена.	
		ОПД	Участие в конкурсе социальных проектов «Конвейер проектов».	Совет учащихся,
	«Гражданин России»	ОПД - ДОО	Конкурс плакатов «Блокадный Ленинград» в рамках годовщины со дня снятия блокады. - Акция «Блокадный хлеб».	Учащиеся объединений ИЗО 12-18 лет
	«Семья»	Работа с родителями и учащимися	Игровая познавательная программа на свежем воздухе «Зимние забавы».	Учащиеся 7 – 14 лет
	«Азбука безопасности»	Комплексная безопасность	Профилактическое мероприятие «Световозвращатель – моя безопасность!»	Учащиеся 7 – 14 лет
	«Здоровое поколение»	Ценная безопасность	Массовая зарядка «Присоединяйся к ГТО!»	Учащиеся 7 – 14 лет
Февраль	«Традиции Центра»	Самостоятельное; объединения Центра	Спортивные праздники и соревнования на призы Центра в рамках Дня Защитника Отечества: «Февральский мяч»; «Марафон «ГТО- путь к успеху!»	Учащиеся спортивных объединений всех возрастов.
	«Гражданин России»	ОПД - ДОО	Памятная линейка, посвященная Дню вывода советских из Афганистана (15 февраля).	Учащиеся всех возрастов.
		ОПД - ДОО	Конкурс плакатов «Мы против коррупции!»	Учащиеся 12 – 18 лет объединений ИЗО
		Профорентация	Кейс-сессия «Профессионал» (решение нестандартных задач).	По заявкам объединений
	«Здоровое поколение»	Ценностная безопасность	Спортивно-оздоровительная программа «Здоровым быть здорово!» (цикл)	Учащиеся 7 – 11 лет
	«Зеленая планета»	Ключевое дело	Акция по сбору макулатуры «Зеленый листок».	Учащиеся всех возрастов
	«Семья»	Работа с родителями и учащимися	«Спортивно-семейный праздник «Папа может, папа может все что угодно!»	Учащиеся 7 – 16 лет; родители (команды)
Март	«Традиции Центра»	КТД	Праздничный концерт «Наполним музыкой сердца!», посвященный Международному Дню 8 марта.	Учащиеся объединений
		Ключевое дело	Участие в муниципальном конкурсе по направлению «Театральное творчество», «Литературное творчество» в рамках конкурса-фестиваля	Учащиеся объединения «Калейдоскоп праздников»

			«Юное дарование».	
	«Гражданин России»	ОПД - ДОО	Участие во Всероссийских мероприятиях «Крымская весна», посвященных Дню воссоединения Крыма с Россией (18 марта).	Учащиеся всех возрастов
		Ключевое дело	Конкурс рисунков «Крымская весна», посвященная Дню присоединения Крыма к РФ.	Учащиеся ХН (ИЗО)
	«Семья»	Работа с родителями и учащимися	Мастер-классы по декоративно-прикладному творчеству «Мама наша мастерица».	Учащиеся ХН, родительская общественность
	«Азбука безопасности»	Комплексная безопасность	Профилактическое мероприятие «Безопасное поведение людей на водных объектах в весенний период».	Учащиеся всех возрастных категорий
	«Здоровое поколение»	КТД	День здоровья «Весенняя подзарядка» (пропаганда ВФСК «Готов к труду и обороне»).	Учащиеся и педагоги ДО
	«Зеленая планета»	Ключевое дело	Участие в экологической акции «Час земли».	Учащиеся 14 – 17 лет, педагоги ДО
Апрель	«Традиции Центра»	КТД	Творческий отчет «Весне навстречу!» в рамках празднования дня рождения Центра.	Учащиеся Центра
			Спортивный праздник «Весенние эстафеты».	Учащиеся объединений ФСН
			Участие в муниципальном конкурсе по направлению «Хореография».	Учащиеся объединений ХН
			Участие в акции «Библионочь».	Учащиеся 16-18 лет
	«Гражданин России»	ОПД - ДОО	Мероприятия в рамках Общероссийской добровольческой акции «Весенняя неделя добра».	Учащиеся Центра
	«Семья»	Работа с родителями; профориентация	Участие родителя во всероссийской акции «Классные встречи».	Учащиеся и родители
	«Семья»	Работа с родителями и учащимися	Оформление тематической фотозоны «Победоносная весна!» (сбор фотографий дедов, прадедов учащихся, воевавших в ВОО 1941-1945 гг.)	Учащиеся всех возрастных категорий объединения «Основы цифровой фотографии»
	«Здоровое поколение»	Ключевое дело	Весенний турниры: по баскетболу «Оранжевый мяч»; по волейболу; по мини-	Учащиеся 10-18 лет

			футболу; тэг-регби и шахматам.	
	«Зеленая планета»	Ключевое дело	Фотовыставки «Чистота родного края!» в рамках «Дня экологических знаний» (15 апреля) и Международного дня Земли» (22 апреля).	Учащиеся всех возрастных категорий
Май	«Традиции Центра»	КТД	Митинг памяти «Поклонимся великим тем года», посвященный Дню Победы в ВОВ 1941-1945 годов!	
			Конкурс стихов «Сороковые - роковые!»	Учащиеся 12 -18 лет
	КТД	Отчетный концерт – награждение «Весне навстречу» и выставка детского творчества «Зарни кияс» («Золотые руки»).	Учащиеся всех объединений, родители (ЗП), педагоги ДО	
	«Гражданин России»	ОПД - ДОО	Конкурс рисунков и плакатов «Этот День Победы!».	Учащиеся ХН
			Благотворительная акция «Поздравление ветерану!» в рамках празднования Дня Победы.	Учащиеся ХН
«Семья»	Работа с родителями и учащимися	Фотомарафон «В союзе дружбы!», посвященный Дню пионерии и детских общественных организаций.	Учащиеся Центра	
Май – июнь	«Семья»	Ключевое дело	Культурно-познавательная программа «Мы одна семья!», посвященная Международному дню семьи (15 мая).	Учащиеся всех возрастов
	«Азбука безопасности»	Комплексная безопасность	Выставка рисунков «Весенняя пора! Не играй с огнем!».	Учащиеся ХН
		Работа с родителями и учащимися	Участие в городском конкурсе «Семейный архив».	Учащиеся 7 -18 лет
	«Здоровье поколение»	Ценностная безопасность	День здоровья с проведением кросса по легкой атлетике «Майский забег!».	Учащиеся 7 – 18 лет ФН
	«Зеленая планета»	Ключевое дело	Акция «Наш любимый школьный двор!» по организации эко-субботников на территориях, закрепленных за МУ ДО «ЦДОД № 9».	Учащиеся всех возрастов

Приложение № 6
к дополнительной общеобразовательной
программе – дополнительной общеразвивающей
программе «Занимательная физкультура»

План работы с родителями.

№	Содержание работы	Сроки
1.	Родительское собрание «Знакомство с программой, обсуждение совместных мероприятий на учебный год, заполнение анкет, график участия на соревнованиях». Знакомство с локальными актами, правилами учащихся.	сентябрь - октябрь
2.	Приглашение и активное общение с родителями в группе ВК: https://vk.com/club193936525	сентябрь – май
3.	Соревнования: участие в соревнованиях на учрежденческом уровне, муниципальном уровне и т.д. (Родители помогают с поездкой детей).	ноябрь - декабрь
4.	Открытые занятия для родителей.	ноябрь
5.	Консультации для родителей.	по плану
6.	Посещение на дому.	по плану
7.	Привлечение родителей к посильной помощи в объединении.	по плану
8.	Родительское собрание «Промежуточные итоги умений и навыков, отчёт об итогах соревнований, поздравление победителей».	декабрь
9.	Поход-прогулка на лыжах.	январь
10.	Родительское собрание «Неделя безопасности».	январь - февраль
11.	Чаепитие: поздравление с 23 февраля и 8 марта.	февраль - март
12.	Родительское собрание по итогам года. 1. Знакомство с инструкциями по пожарной безопасности детей и по правилам безопасного поведения на водоемах. 2. Подведение итогов года. Вручение благодарственных писем родителям. План работы на лето. Планирование работы на следующий учебный год. 3. Инструктаж «Правила дорожного движения».	май