

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
"Лахденпохский Центр детского творчества"

Рассмотрена на заседании  
Педагогического совета  
«10» октября 2024 г.  
Протокол № 2

**«Утверждаю»**  
Директор МБУ ДО «ЛЦДТ»  
\_\_\_\_\_ О.А. Тароева  
Приказ № 99-О  
от «10» октября 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
на 2024 – 2025 учебный год**

Автор-составитель:  
Гончар Наталья Васильевна,  
методист МБУ ДО «ЛЦДТ»

г. Лахденпохья, 2024 г.

## 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1. Пояснительная записка

Физкультурно-спортивная направленность ориентирована на развитие и укрепление здоровья, физических способностей детей, воспитание нравственных и волевых качеств, расширение функциональных возможностей организма.

#### **Программа разработана в соответствии с нормативными документами:**

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Устава МБУ ДО «Лахденпохский Центр детского творчества».

**Актуальность программы** заключается в том, что именно система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи.

Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, благотворно воздействует на все системы детского организма.

Спортивные игры предоставляют уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания детей: развития познавательных процессов, выработки воли и характера, воспитания чувства коллективизма.

**Педагогическая целесообразность** состоит в том, что программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у обучающихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призваны рабочие программы физкультурно-спортивной направленности в удовлетворении потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

#### **Отличительные особенности программы:**

- содействие общему физическому развитию и направленное совершенствование физических качеств, применительно к выбранному виду спорта;
- овладение техникой основных приёмов нападения и защиты;
- формирование навыков деятельности игрока совместно с партнёрами на основе взаимопонимания и согласования;
- приобретения навыков организации и проведения самостоятельных занятий.

**Состав группы** – постоянный, но в течение учебного года могут быть изменения в списках.

**Форма обучения:** очная

## **1.2. Цели и задачи**

### **Цель**

Создание условий для развития физических и личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий спортом.

### **Задачи**

- Привлечение обучающихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- формирование здорового образа жизни;
- повышение уровня физического развития обучающихся;
- организация занятий в спортивных объединениях;
- проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, праздников;
- осуществление профилактики асоциального поведения детей и подростков средствами физической культуры и спорта;
- формирование у обучающихся знаний, интересов, умений и навыков, которые ориентируют его на высокие достижения в спорте, на соответствующую физическую подготовку.

## **1.3. Планируемые результаты**

- Укрепление здоровья и воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;
- всестороннее физическое развитие, укрепление здоровья и закаливание организма обучающихся;
- развитие индивидуальных физических способностей;
- формирование в процессе занятий моральных и волевых качеств, привитие навыков культурного поведения.

## **1.4. Условия приема обучающихся**

В детские объединения физкультурно-спортивной направленности принимаются дети от 7 лет до 18 лет на основе свободного выбора в соответствии с их способностями, интересами.

Прием для обучения по программам физкультурно-спортивной направленности, осуществляется при отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта.

Зачисление в объединения дополнительного образования проводится через Государственную информационную систему «Навигатор дополнительного образования» (<https://dop10.ru/>) не позднее 15 сентября текущего года.

При подачи заявки в личном кабинете родители (законные представители) обучающихся получают доступ к каталогу программ, на которые ведется запись. В карточке программы представлена подробная информация о детском объединении: цели и задачи обучения, ожидаемые результаты, описание процесса обучения, компетенции, которыми овладеет ребенок, расписание, контактные данные педагога, адрес проведения занятий.

**Учебный план на 2024-2025 учебный год**

	Программы, группы	Срок освоения	Год обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
1	«Настольный теннис»	2	2	2	72
2	«Волейбол»	2	1/2	2/2	72/72
3	«Меткий стрелок»	2	1/1/2	4/2/4	144/72/144

**Общая характеристика рабочих программ физкультурно-спортивной направленности**

№ п/п	Наименование рабочей программы	Вид, форма, срок реализации программы, общее количество часов	Педагог	Краткое содержание программы	Адресат
1	«Настольный теннис»	модифицированная, однопрофильная, 1-2 года, 144 часа	Пашков Е.Ю.	Обучение основам игры в настольный теннис.	Обучающиеся 10-14 лет
2	«Волейбол»	модифицированная, однопрофильная, 1-2 года, 144 часа	Пашков Е.Ю.	Обучение базовым двигательным действиям, основам техники перемещений и стоек, подачам, приему и передачам мяча, нападающему удару и блокированию.	Обучающиеся 10-14 лет
3	«Меткий стрелок»	модифицированная, однопрофильная, 1-2 года, 144 часа	Лысенко Е.В., Фомина Л.И. Фомин А.Н.	Формирование у обучающихся знаний и умений в области стрелкового спорта.	Обучающиеся 10-17 лет

**1.5. Адресат программы (обучающиеся от 10 до 17 лет) (см. Рабочие программы)**

**1.6. Возрастные особенности обучающихся**

Основной особенностью обучающихся в возрасте от 10 до 14 лет являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. Процесс анатомо-физиологической перестройки является феноменом, на котором протекает психологический кризис. Ведущей деятельностью подростка является общение со сверстниками. Подросток считает себя уникальной личностью, в то же время стремится внешне ничем не отличаться от сверстников. Активно начинают развиваться творческие способности. Появляются критичность мышления, формируется самоанализ. Подросток претендует на равноправие в отношениях со старшими и идет на конфликт, отстаивая свою «взрослую» позицию. Обычно о подростковом возрасте говорят, как о периоде повышенной эмоциональности. Это проявляется в возбудимости, частой смене настроения, неуравновешенности.

Главное психологическое приобретение ранней юности (*возраст обучающихся от 15 до 18 лет*) — это открытие своего внутреннего мира, внутреннее «Я». Главным измерением времени в самосознании является будущее, к которому он (она) себя готовит. Ведущая деятельность в этом возрасте — учебно-профессиональная, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечта и идеалы.

Программа предусматривает возможность заниматься с обучающимся, имеющими ограниченные возможности здоровья. В процессе проведения занятия создаются условия, которые позволяют ребенку работать в своем темпе, проявлять максимальную степень самостоятельности при выполнении задания.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

Календарный учебный график муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Лахденпохский Центр детского творчества» (далее - Центр) является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в Учреждении. Календарный учебный график в полном объеме учитывает индивидуальные, возрастные, психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья. Центр в установленном законодательством Российской Федерации порядке несет ответственность за реализацию в полном объеме рабочих программ в соответствии с календарным учебным графиком.

Учреждение работает с 9 до 21 часа без выходных. Культурно-досуговые мероприятия до 22 часов.

Детские объединения работают по 5 направленностям: техническая, физкультурно-спортивная, естественнонаучная, художественная, социально-педагогическая.

Центр оказывает платные образовательные услуги (на договорной основе) в соответствии с Положением об организации и оказании платных дополнительных услуг.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Начало учебного года:

- для обучающихся 2-го и последующего годов обучения - с 01 сентября.
- для обучающихся 1-го года обучения - с 12 сентября.

Дата окончания обучения: 31 мая.

Объемы учебной нагрузки в год	Количество часов/длительность занятий в неделю/часов/
36 часов	по 1 часу 1 раз в неделю
72 часа	при занятиях по 1 часу 2 раза в неделю или по 2 часа 1 раз в неделю
108 часов	при занятиях по 2 и 1 часу 2 раза в неделю или 3 часа 1 раз в неделю
144 часа	при занятиях по 2 часа 2 раза в неделю
216 часов	при занятиях по 2 часа 3 раза в неделю или по 3 часа 2 раза в неделю

Объемы учебной нагрузки могут быть меньше или больше по количеству часов в неделю в зависимости от учебно-тематического плана рабочей программы и направления деятельности детского объединения.

Продолжительность учебной недели, занятий, перемен.

Продолжительность учебной недели -7 дней в неделю. Продолжительность занятий 45 минут, для дошкольников 30 минут. Перерыв 10 минут для отдыха и проветривания

помещений. В связи с пандемией перерывы могут быть увеличены до 30 минут между группами.

## 2.2. Условия реализации программы

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

Занятия проходят в кабинетах, где соблюдены правила техники безопасности и санитарной нормы. В кабинетах находится все необходимое для проведения учебных занятий по программе.

Более подробно материально-техническое оборудование отражено в Рабочих программах.

***Информационное обеспечение*** (см. Рабочие программы)

## 2.3. Формы аттестации

- Первичная аттестация – в начале учебного года (для 1 года обучения).
- Текущий (в течение всего года) - зачет
- Промежуточная аттестация - в конце I полугодия – декабрь – зачет.
- Итоговая аттестация – II полугодие – май.

***Входной контроль:*** проводится на начальном этапе обучения, программой предусмотрено обязательное выявление интересов, склонностей, потребностей обучающихся, уровень мотивации, а также уровень творческой активности. Данный контроль нацелен на изучение: интересов ребенка, его знаний и умений, творческих способностей.

***Текущий контроль:*** проводится в течение учебного года, возможен на каждом занятии, по окончании изучения темы, раздела программы.

***Промежуточный контроль:*** проводится в конце I полугодия (в декабре-январе) и II полугодия (апрель-май) учебного года. Данный контроль нацелен на изучение динамики освоения предметного содержания обучающимися, метапредметных результатов, личностного развития и взаимоотношений в коллективе.

***Итоговый контроль:*** проводится в конце обучения по дополнительной общеобразовательной программе, как правило, в апреле-мае. Данный контроль нацелен на проверку освоения программы, учет изменений качеств личности каждого.

### ***Формы отслеживания образовательных результатов:***

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ.

***Формы фиксации образовательных результатов:*** зачет, контрольная работа, соревнования, тестирование, открытые уроки, фото, портфолио, анкетирование обучающихся и родителей,

***Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:*** открытое занятие, итоговое занятие, участие в соревнованиях, мастер-класс.

## 2.4. Оценочные материалы (см. приложение)

- Протокол среза ЗУН обучающихся (первичной, промежуточной, итоговой аттестации).
- Мониторинг результатов обучения детей по рабочим программам.
- Мониторинг личностного развития детей в процессе освоения рабочих программ.

## 2.5. Методические материалы

### ***Особенности организации образовательного процесса***

Группы обучающихся - разновозрастные. В группу второго и третьего года обучения могут поступать вновь прибывающие обучающиеся, имеющие необходимые знания и умения, либо опыт занятий в объединениях физкультурно-спортивной направленности. Программа может осваиваться с обучающимися любого уровня.

Занятия в группе проводятся во второй половине дня, в свободное от школьных занятий время, а в субботу и воскресенье в первой половине дня.

Занятия проводятся с учётом индивидуальных особенностей.

Программа является вариативной. Педагог может вносить изменения в содержание тем занятий, дополнять практические занятия новыми технологическими приёмами исполнения.

В рамках учебно-тематического плана педагог может по необходимости уделять больше времени на работу с одарёнными детьми.

В связи с ограничительными мерами по коронавирусу, образовательная деятельность в Учреждении может быть организована с использованием дистанционных технологий, позволяющих обеспечить взаимодействие обучающихся и педагогических работников опосредованно (на расстоянии).

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический; объяснительно-иллюстративный; игровой, дискуссионный.

**Формы организации учебного занятия:**

- групповые тренировочные и теоретические занятия;
- участие в соревнованиях и оздоровительных мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.
- беседы, практические занятия, упражнения в парах.

**Алгоритм учебного занятия:**

- Проверка ЗУН, полученных на предыдущих занятиях.
- Изучение нового материала.
- Практическое применение полученных знаний.
- Контроль полученных знаний.

## 2.6. Список литературы (см. Рабочие программы)

Приложение

Мониторинг результатов обучения по рабочим программам

за \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ учебный год

Детское объединение \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_

место занятий \_\_\_\_\_

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	кол-во чел.		Методы диагностики
			1 полугодие	Учебный год	
1. Теоретическая подготовка детей: 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- минимальный уровень (овладели менее чем ½ объема знаний);			Собеседование Соревнования Тестирование Анкетирование Наблюдение Итоговая работа
		- средний уровень (объем освоенных знаний составляет более ½);			
		- максимальный уровень (дети освоили практически весь объем знаний, предусмотренных программой)			

1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования	- минимальный уровень (избегают употреблять специальные термины);			Собеседование Тестирование Опрос Анкетирование Наблюдение
		- средний уровень (сочетают специальную терминологию с бытовой);			
		- максимальный уровень (термины употребляют осознанно и в полном соответствии с их содержанием)			
2. Практическая подготовка детей: 2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	минимальный уровень (овладели менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков);			Наблюдение Соревнования Итоговые работы
		- средний уровень (объем освоенных умений и навыков составляет более 1/2);			
		- максимальный уровень (дети овладели практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)			
2.2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании	- минимальный уровень (испытывают серьезные затруднения при работе с оборудованием)			Наблюдение
		- средний уровень (работает с помощью педагога)			
		- - максимальный уровень (работают самостоятельно)			
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	- начальный (элементарный, выполняют лишь простейшие практические задания)			Наблюдение Итоговые работы
		- репродуктивный (выполняют задания на основе образца)			
		- творческий (выполняют практические задания с элементами творчества)			
3. Общеучебные умения и навыки ребенка: 3.1. Учебно-интеллектуальные умения: 3.1.1. Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	минимальный (испытывают серьезные затруднения, нуждаются в помощи и контроле педагога)			Наблюдение Анкетирование
		- средний (работают с литературой с помощью педагога и родителей)			
		- максимальный (работают самостоятельно)			
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании	Уровни по аналогии с п. 3.1.1.			Наблюдение Опрос
		- минимальный			
		-средний			
		-максимальный			

3.1.3. Умение осуществлять учебно - исследовательскую работу (рефераты, самостоятельные учебные исследования, проекты и т.д.)	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - минимальный			Наблюдение Беседа Инд. работа
		-средний			
		-максимальный			
3.2. Учебно - коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - минимальный			Наблюдения Опрос
		-средний			
		-максимальный			
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи подготовленной информации	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - минимальный			Наблюдение
		-средний			
		-максимальный			
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение организовать свое рабочее (учебное) место	Самостоятельно готовят и убирают рабочее место	Уровни по аналогии с п. 3.1.1. - минимальный			Наблюдение
		-средний			
		-максимальный			
3.3.2. Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Соответствие реальных навыков соблюдения ТБ программным требованиям	- минимальный уровень (овладели менее чем 1/2 объема навыков соблюдения ТБ);			Наблюдение
		- средний уровень (объем освоенных навыков составляет более 1/2);			
		- максимальный уровень (освоили практически весь объем навыков)			
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	- удовлетворительно - хорошо -отлично			Наблюдение Итоговые работы

### Мониторинг личностного развития детей в процессе освоения рабочих программ

за \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ учебный год

Детское объединение \_\_\_\_\_ место  
занятий \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ место

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во чел.		Методы диагностики
			1 полугодие	учебный год	
1.Организационно-волевые качества: 1.1. Терпение	Способность выдерживать нагрузки, преодолевать трудности	-терпения хватает меньше чем на 1/2 занятия			Наблюдение
		- терпения хватает больше чем на 1/2 занятия			
		- терпения хватает на все занятие			
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	- волевые усилия побуждаются извне			Наблюдение
		- иногда самими детьми			

		- всегда самими детьми			
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки	- находятся постоянно под воздействием контроля извне			Наблюдение
		- периодически контролируют себя сами			
		- постоянно контролируют себя сами			
2. Ориентационные качества: 2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- завышенная			Наблюдение
		- заниженная			
		- нормальная			
2.2. Интерес к занятиям в д/о	Осознанное участие детей в освоении образовательной программы	- интерес продиктован извне			Наблюдение
		- интерес периодически поддерживается самим			
		- интерес постоянно поддерживается самостоятельно			
3. Поведенческие качества: 3.1. Конфликтность	Отношение детей к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия	- периодически провоцируют конфликты			Наблюдение
		- в конфликтах не участвуют, стараются их избежать			
		- пытаются самостоятельно уладить			
3.2. Тип сотрудничества (отношение детей к общим делам д/о)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	- избегают участия в общих делах			Наблюдение
		- участвуют при побуждении извне			
		- инициативны в общих делах			

**ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ**  
среза ЗУН обучающихся детского объединения  
\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год

Название детского объединения \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_

Форма проведения \_\_\_\_\_

Форма оценки результатов \_\_\_\_\_

Члены аттестационной комиссии \_\_\_\_\_

Результаты:

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Год обучения	Содержание аттестации	Оценка

Подпись педагога \_\_\_\_\_

Подписи членов комиссии \_\_\_\_\_

