

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ**

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с. Козлово

СОГЛАСОВАНО  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1  
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СОШ с. Козлово  
И.Е. Садикова  
Приказ № 148/5  
от «01» сентября 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Спортивный калейдоскоп»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Общий объем программы в часах: 34 часа

Возраст обучающихся: 10-14 лет

Срок реализации программы: 1 год

Уровень: базовый

Автор: педагог дополнительного образования Журавлева С.Ю.

с. Козлово, 2025 г.

## Информационная карта программы

<b>Наименование программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный калейдоскоп»
<b>Направленность</b>	Спортивно-оздоровительная
<b>Разработчик программы</b>	Журавлёва С.Ю.
<b>Общий объем часов по программе</b>	34 часа
<b>Форма реализации</b>	очная
<b>Целевая категория обучающихся</b>	Обучающиеся в возрасте 10 -14 лет
<b>Аннотация программы</b>	<p>Данная программа направлена на формирование интереса обучающихся к различным видам спорта, на повышение двигательной активности учащихся, весь материал имеет не обучающую, а скорее игровую и соревновательную направленность, что дает возможность не только совершенствовать физические качества, но и для развития творчества и спортивного мастерства.</p> <p>Название кружка «Спортивный калейдоскоп» говорит о том, что здесь собраны различные виды деятельности: физические упражнения, подвижные игры, элементы спортивных игр, получение теоретических знаний, формирование нравственных и волевых качеств.</p>
<b>Планируемый результат реализации программы</b>	<p>По итогам обучающиеся получат:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:</li><li>-повышения работоспособности;</li><li>-укрепления и сохранения здоровья;</li><li>-организации и проведении индивидуального, коллективного отдыха, участия в спортивно-массовых соревнованиях;</li><li>-активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.</li></ul>

## Раздел 1.

### **Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы**

#### **Пояснительная записка**

Программа кружка «Спортивный калейдоскоп» по общей физической подготовке составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» от 10.07.92. № 3266-1, в редакции федеральных законов от 13.01.96. № 12-ФЗ, от 16.11.97. № 144-ФЗ, 20.07.2000 № 102-ФЗ, от 07.08.2000 № 122-ФЗ, от 13.02.2002 № 20-ФЗ, Типовым положением об общеобразовательном учреждении дополнительного образования детей (Постановление Правительства Российской Федерации от 07.03.95. № 233), нормативными документами Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации и Государственного комитета Российской Федерации по Физической культуре, спорту и туризму, регламентирующих деятельность учреждений дополнительного образования детей спортивной направленности.

Рабочая программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий.

Название кружка «Спортивный калейдоскоп» говорит о том, что здесь собраны различные виды деятельности: физические упражнения, подвижные игры, элементы спортивных игр, получение теоретических знаний, формирование нравственных и волевых качеств.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

**Актуальность** данной программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важная основа оздоровления нации.

Известно, что дети, ведущие малоподвижный образ жизни, хуже усваивают учебный материал не только по физической культуре, но и по другим дисциплинам. Снижение двигательной активности в сочетании с нерациональным образом жизни приводит к ухудшению

здоровья, снижению умственной и физической работоспособности. Частично эти проблемы можно решить с помощью дополнительного образования.

**Особенности программы.** Ценность образовательной программы заключается в предоставлении каждому обучающемуся возможности развития индивидуальных способностей.

Наша школа находится в сельской местности.

На занятия приходят дети разного возраста и уровня подготовки, поэтому возможна взаимопомощь старших и младших, сильных и слабых школьников.

Занятия проводятся в разновозрастной группе, где есть место индивидуальной, групповой и самостоятельной работе.

Работа кружка тесно связана с учебной и воспитательной деятельностью.

### **Формы и методы обучения.**

Форма обучения очная.

Формы занятий: групповые и индивидуальные, теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую (беседа, инструктаж, просмотр иллюстраций и т.д.) и практическую (занятия оздоровительной направленности, праздники, соревнования, эстафеты и игры).

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

- информационно-познавательные (беседы, показ)
- творческие (развивающие игры)
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

### **Режим занятий.**

Количество недель по учебному плану – 34.

Количество учебных часов по программе – 34 часа, 1 час в неделю. Занятия проводятся в течение 40 минут.

### **Комплектование учебной группы.**

Комплектование проходит без предварительного отбора. Количество обучающихся в группе 8-15 человек. Занятия могут посещать все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

На спортивные мероприятия и конкурсы могут приходить обучающиеся, не посещающие кружок.

### **Цель программы:**

Овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах в повседневной жизни.

### **Задачи программы:**

#### **1. Образовательные:**

- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры, спорта, здорового образа жизни

#### **2. Воспитательные:**

- воспитание потребностей и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышение работоспособности и укрепления здоровья
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

#### **3. Оздоровительные:**

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию
- развитие двигательных способностей
- создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья
- ознакомление с основами физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.

Для достижения поставленных задач необходимо иметь представления о физических возможностях, обучающихся (уровень физической подготовленности) не только преподавателю, но и каждому ребенку.

## **Содержание программы:**

- правила безопасного поведения, теоретические сведения
- общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами
- ходьба, бег, прыжки
- ловля, броски, передачи, подачи и ведение мяча
- настольный теннис
- элементы спортивных игр
- дартс, шашки, занятия на тренажерах, кегли и др.
- подвижные игры, игры по выбору детей, самостоятельные занятия
- развитие координационных способностей, скоростных качеств, выносливости, силы и гибкости
- беседы о спортивных играх, легкой атлетике, гимнастике, настольном теннисе и других видах спорта
- беседы, расширяющие представления об укреплении здоровья, развитии физических качеств и способностей.
- участие в соревнованиях и праздниках.

## **Планируемые результаты**

Планируемые результаты направлены на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- В области познавательной культуры: владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры; владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности.

- В области нравственной культуры: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.
- В области трудовой культуры: умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- В области эстетической культуры: красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.
- В области коммуникативной культуры: анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.
- В области физической культуры: владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей, проявляющихся в активном применении знаний, умений, обучающихся в познавательной и предметно-практической деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в следующих областях культуры:

- В области познавательной культуры: понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и

нравственных качеств; понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека; понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

- В области нравственной культуры: бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости; уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности; ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
- В области трудовой культуры: добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений; умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.
- В области эстетической культуры: понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью; восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.
- В области коммуникативной культуры: владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.
- В области физической культуры: владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения; владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты проявляются в разных областях культуры.

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творческих применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

- В области познавательной культуры: знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации; знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.
- В области нравственной культуры: способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; умение оказывать помощь занимающимся, при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения; способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- В области трудовой культуры: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.
- В области эстетической культуры: способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.
- В области коммуникативной культуры: способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.

- В области физической культуры: способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки; способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

## Раздел 2.

### **Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы, включающий формы аттестации**

#### **Тематический план**

№	Содержание	Количество часов
1.	Правила безопасного поведения. Теоретические сведения по видам спорта.	На каждом занятии
1.	Подвижные игры	8
1.	Элементы спортивных игр: пионербол, волейбол, баскетбол, лапта.	12
1.	Игры по выбору детей. Самостоятельные занятия	8
1.	Соревнования, праздники.	6
	Итого	34

## **Календарно-тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов, тем</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Дата</b>
	Количество занятий в год Количество часов в неделю	34 1	
1.	Знакомство с содержанием занятий. Правила безопасного поведения. Игры по выбору детей.	1	
2.	Ходьба и бег с заданиями. Игра в пионербол.	1	
3.	Ходьба, бег с заданиями. Игра в пионербол.	1	
4.	ОРУ с мячами в парах. Игра в пионербол.	1	
5.	ОРУ с мячами в парах, через сетку. Игра в пионербол с элементами волейбола.	1	
6.	Соревнования по пионерболу.	1	
7.	Эстафеты с бегом и прыжками.	1	
8	ОРУ со скакалками. Самостоятельные занятия. Игры по выбору детей.	1	
9.	Шашечный турнир	1	
10.	Занятие по станциям «Веселый муравейник».	1	
11.	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
12.	Подвижная игры «Перестрелка», «Вышибалы»	1	

	.		
13.	Подвижные игры: «Дартс с мячом», «Попади в цель».. Соревнования по дартсу.	1	
14-15.	Круговая тренировка: выполнение заданий на 6 станциях. Учебная игра в лапту.	2	
16-17.	Круговая тренировка. Учебная игра в лапту.	2	
18.	День здоровья. Спортивные состязания.	1	
19.	Баскетбол: Правила ТБ. Ведение мяча змейкой, по ориентирам, в различном темпе, по сигналу. Эстафеты с ведением мяча, бросками в кольцо.	1	
20.	Ведение мяча с изменением направления, с сопротивлением партнера. Подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка мяча», учебная игра по у/п.	1	
21.	Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «33»	1	
22-23.	Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении с различных дистанций, по сигналу, с сопротивлением противника. Учебная игра по у/п.	2	
24.	Передачи мяча в тройках на месте и в движении. Учебная игра по у/п	1	
25.	«Всемирный день здоровья». Спортивные состязания.	1	
26.	Волейбол. Правила ТБ. Передача мяча через сетку в парах, передачи мяча сверху двумя руками. Учебная игра в пионербол с элементами волейбола.	1	

27.	Передача мяча через сетку из различных исходных положений в парах, тройках. Учебная игра пионербол с элементами волейбола.	1	
28.	Нижняя прямая подача через сетку в парах. Учебная игра в волейбол по у/п.	1	
29.	Передачи мяча в парах через сетку. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол по у/п.	1	
30.	Учебная игра в волейбол по у/п.	1	
31.	ОРУ. Эстафеты с предметами. Прыжки через скакалку «Самый прыгучий». Игры по выбору детей.	1	
. 32.	«Весенний кросс. Игры на свежем воздухе по выбору детей.	1	
33.	Эстафеты с бегом, прыжками, метанием. Игра «Перестрелка».	1	
34.	«Самый, самый спортивный» Подведение итогов работы кружка.	1	

## **Условия реализации программы**

Обучающихся в школе мало, учитель очень хорошо знает каждого ученика и учитывает его индивидуальные качества.

На занятия приходят дети разного возраста и уровня подготовки, поэтому возможна взаимопомощь старших и младших, сильных и слабых школьников.

Занятия проводятся чаще всего в разновозрастной группе, где есть место индивидуальной, групповой и самостоятельной работе. Работа в кружке тесно связана с учебной и воспитательной деятельностью.

Выделяется время для проведения бесед, сообщения теоретических сведений, проведения конкурсов, викторин. Школьники изучают и углубляют знания по личной гигиене, влиянию занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, центральную нервную систему, обмен веществ). На занятиях учащиеся получают представления о физической культуре, о ее взаимосвязи с основами здорового образа жизни, о методике самостоятельных тренировок.

Проводятся спортивные соревнования, участвуют все дети, независимо от посещаемости кружка. При проведении спортивных праздников участвуют все обучающиеся и педагоги школы.

Занятия в кружке - существенный фактор повышения двигательной активности и укрепления здоровья. Они расширяют познания обучающихся в области физической культуры, знакомят с историей возникновения и развития различных видов спорта. Только при системном подходе с использованием всех форм работы можно добиться высокой результативности физического воспитания.

## **Формы аттестации**

Данные тестирования, полученные на уроке физической культуры, учитываются при занятиях в кружке. Это делается для того, чтобы каждый смог целенаправленно и по своей воле улучшать развитие отстающего двигательного качества. 2 раза в год (сентябрь, май) выполняются следующие упражнения:

1. Прыжок в длину с места
  2. Метание набивного мяча 1 кг
  3. Прыжки со скакалкой
  4. Наклон вперед на гибкость
  5. Челночный бег 3 \* 10 м
  6. 6 минутный бег

Спортивные соревнования и праздники также показательны и являются оценкой планируемых результатов. На их основе делаются соответствующие выводы и при необходимости вносятся корректизы.

## Материально-техническое обеспечение

№	наименование	количество
	<b>Спортивные игры</b>	
1.	Теннисный стол	1
2.	Мячи для б. тенниса	5
3	Мячи для н. тенниса	10
4.	Мяч волейбольный	4
5	Мяч баскетбольный	10
6.	Мяч футбольный	2
7.	Бита для лапты	2
	<b>Тренажеры</b>	
	Беговая дорожка	1
1.	Скамья для пресса	1
1.	Тренажер навесной для рук и пресса	1
1.	Турник навесной	1

<b>Разное</b>		
	Палки гимнастические	1
1.	Мяч набивной	10
1.	Кегли	10
1.	Скалки	10
1.	Рулетка	1
1.	Шашки	2
1.	Шахматы	2
1.	Гантели	4
1.	Дартс	1
1.	Граната для метания	4
1.	Коврики гимнастические	8
1.	Скамейки гимнастические	2
1.	Стойки и планка для прыжков в высоту	2
1.	Мячи 150 г. для метания	5

**Организационно-методические особенности реализации программы:**

- преемственность программного содержания занятий с содержанием процесса физического воспитания детей среднего и старшего дошкольного возраста в детском саду;

- доступность программного материала для совместных занятий детей обоего пола с различным уровнем физической подготовленности и состояния здоровья;
- определение физической трудности и координационной сложности упражнений начальной спортивной подготовки с учетом оптимизации физических возможностей детского организма;

- соответствие методики проведения занятий возрастным особенностям физического и психического развития старших дошкольников,

широкое использование игрового метода при освоении двигательного материала;

- направленность психологической подготовки на формирование устойчивой мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание сознательной дисциплины и начал самоорганизации, а также стимулирование поведенческой стратегии сотрудничества и взаимопомощи, соблюдения норм и правил бесконфликтного общения с товарищами и взрослыми.

Дети больше привыкли заниматься под руководством педагога. Однако, чтобы дополнительные занятия приносили больше пользы необходимо обучать школьников самостоятельным занятиям физической культурой.

Больше внимания надо уделять умениям и навыкам организации самостоятельных занятий.

Чтобы занятия приносили пользу надо знать правила поведения на спортивных сооружениях и площадках (принципы межличностного общения, навыки управления вниманием), выполнения физических упражнений разной направленности, методы контроля над состоянием организма, методику проведения занятий физической культурой.

Знать следующие методики: развития двигательных качеств; проведения восстановительных процедур; выполнения оздоровительных упражнений (зрение, осанка, стопа, дыхание), а также правила: проведения спортивных и подвижных игр; режима дня; межличностного общения; составления комплексов утренней гигиенической гимнастики; оказания первой доврачебной помощи при царапинах и ссадинах, потертостях и ушибах.

Уметь планировать: поставить цель занятия и его задачи; выбрать для этого время в режиме дня, а также необходимые физические упражнения; определить частоту занятий в неделю, продолжительность одного занятия, дозировку нагрузки при выполнении разных физических упражнений.

Уметь выполнять доступные по возрасту и подготовленности физические упражнения; оздоровительные – для коррекции функционального состояния опорно – двигательного аппарата, сердечно – сосудистой и дыхательной систем, профилактики простудных заболеваний; для развития двигательных качеств (силы, быстроты, координации, гибкости и выносливости) и коррекции

индивидуальных особенностей фигуры; рекреационные; для профилактики нарушений зрения.

Уметь подготовить место проведения занятия: выбрать место занятия (дома, на спортивной площадке, на необорудованной площадке, в парке); обеспечить безопасность занятия (отсутствие опасных предметов – выступов стен в спортивном зале, повреждений пола; на свежем воздухе – ям, движение автомобилей и др.); подобрать необходимое оборудование (спортивный инвентарь, спортивная одежда и обувь).

Уметь выполнять разминку: выполнение основной части занятия (общеразвивающие физические упражнения, подвижные игры в соответствии с целью занятия; оздоровительный бег; контроль за состоянием организма, соблюдать гигиенические требования к занятием физической культурой и нормы межличностного общения); выполнение заключительной части занятия (упражнения на расслабление и дыхательные упражнения; контроль самочувствия; подведение итогов занятия).

Уметь выполнять гигиенические мероприятия (утренняя гигиеническая гимнастика, закаливающие процедуры, прогулки на свежем воздухе, дыхательные упражнения), оценку функционального состояния (по ЧСС, частоте дыхания), восстановительные процедуры, режим дня.

Начинать необходимо с самопознания. Учитель объясняет учащимся для чего выполняется то или иное упражнение, какой эффект может принести его регулярное выполнение. Очень важный компонент обучения – это знания.

Планирование доступно старшим школьникам, здесь надо рассказать учащимся, что только правильное и обоснованное планирование позволит получить максимальный эффект от самостоятельных занятий. Для более младших учащихся можно предложить несколько наиболее традиционных целей, которые ставят на самостоятельных занятиях (например, исправление недостатков телосложения, улучшение осанки, увеличение работоспособности).

Организационные умения приобретаются школьниками в процессе усвоения теоретических знаний и практического выполнения заданий.

Методические умения – это умения выполнить освоенные ранее физические упражнения в целостном занятии. Для овладения методическими умениями школьники должны четко представлять, что такое подготовительная, основная и заключительная части занятия физической культурой, а также какие цели достигаются при выполнении этих частей.

## **Список литературы**

1. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях. Приложение к письму. Минобразования России от 11.06.2013 № 30-51-4331/16.
2. О повышении воспитательного потенциала образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях. Письмо Министерство образования Российской Федерации от 02.04.2013 № 13-5118/13.
3. Методические рекомендации расширения деятельности детских и молодёжных объединений в общеобразовательных учреждениях. Письмо Министерство образования Российской Федерации от 11.02.2013 №101-28-16
4. Физическая культура. Рабочие программы В.И. Лях 1-4 классы. Издательство «Просвещение», Москва, 2018 год.
5. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование». (Стандарты второго поколения) под редакцией В.А.Горского.
6. Журналы «Физическая культура в школе».