

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЩЁЛКИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
МБОУ ЩЁЛКИНСКАЯ СОШ №1

ОДОБРЕНО / ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБОУ
Щёлкинская СОШ №1
от «29» марта 2024г
Протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
Щёлкинская СОШ №1
Калинина О.М.

Подпись
«29»марта 2024г.
М.П.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«ГТО»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 11-15 лет
Составитель: Бойков Антон Сергеевич
Должность: педагог дополнительного образования

Щёлкино

2024г

Пояснительная записка

Рабочая программа по ДО СОК «ГТО» для 5-9 классов разработана на основе следующих документов:

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

– Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

– Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);

– Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

– Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание

государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

– Устава МБОУ Щёлкинской СОШ № 1 в редакции постановления администрации Ленинского района Республики Крым от 08.10.2015 г. №565.

– Локальный нормативно-правовой акт МБОУ Щёлкинская СОШ № 1. Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам от 26.07. 2021г №147

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения, на основе примерной программы для ДО СОК «ГТО» для 5-9 классов А. П. Матвеева, с опорой на Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию в образовательном процессе, а также методических рекомендаций об особенностях преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Республики Крым в 2023/2024 учебном году

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы. Одной из приоритетных задач современного общества специалисты всегда называли и называют задачу воспитания здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни, способного защитить себя и своих близких в любой жизненной ситуации. В последнее время этот вопрос всё чаще встает на повестке дня, особенно это касается молодого поколения. В связи с этим, Министерство спорта России подписало приказ №575 от 08 июля 2014 г. о государственных требованиях к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Возрождение комплекса ГТО в образовательных организациях является актуальным и принципиальным. Целью вводимого комплекса является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывался ранее, и будет закладываться сейчас фундамент для будущих достижений страны в спорте и обороне. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания молодежи.

Новизна программы. Программа по «ГТО» составлена на основе материала, который воспитанники изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учётом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времени года, местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. При правильной организации педагогического процесса, опирающегося на социальную, педагогическую, организационную, методическую и спортивно

- оздоровительную его составляющие, появляется возможность создания ребёнку «ситуации успеха». На основе успешного опыта раскрытия личности в рамках объединения по «ГТО» воспитанник будет более целенаправленно самореализовывать себя в условиях взрослой жизни.

Отличительными особенностями программы «ГТО» являются:

- обеспечение ситуаций успеха каждому ребёнку;
- многообразие видов активной познавательной деятельности учащихся;
- индивидуализация образовательного процесса и возможность работать в группе при желании;
- создание условий для проявления особенностей, выявление и развитие творческой и поисковой активности;
- получение знаков отличия ГТО.

Педагогическая целесообразность программы. Внедрение ВФСК «ГТО» в общеобразовательных организациях является очень своевременным и актуальным. Данный комплекс предусматривает выполнение установленных нормативов, а также участие в физкультурно-спортивных мероприятиях. Возрождение комплекса призвано способствовать повышению уровня физического воспитания, формированию здорового образа жизни, готовности к труду и обороне у подрастающего поколения. Рабочая программа внеурочной деятельности «Я выбираю ГТО» призвана оказать помощь в подготовке учащихся к выполнению норм ВФСК «ГТО», положительно мотивировать к увеличению двигательной активности через участие в предлагаемых внеурочных занятиях. Подготовка и непосредственно выполнение тестов ГТО позволит более качественно проводить мониторинг состояния здоровья учащихся, отслеживать динамику изменения здоровья (учитывать их спортивный прогресс или регресс), понимать его причины. Регулярные занятия физическими упражнениями и вовлечение подростков в осознанное ведение здорового образа жизни будут фундаментом, для укрепления здоровья населения России.

Адресат программы. Данная программа адресована детям 11-15 лет, с характерными для этого возраста определёнными возрастными, физиологическими и двигательными особенностями. Физические упражнения способствуют гармоническому развитию организма детей, подростков и юношей; они улучшают здоровье и повышают их работоспособность.

Объём и срок освоения. Для освоения программы «ГТО» необходимо 36 часов. Программа рассчитана на 1 год обучения, 36 часов.

Уровень освоения программы: стартовый. Данный уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые позволяют познакомить и дать начальные знания, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления данной программы.

Форма обучения – очная. Занятия проводятся в очной форме, но в случаях необходимости могут реализовываться в дистанционном формате. На занятиях при реализации данной программы предусматривается применение следующих форм организации процесса обучения:

- работа в парах,
- групповая,
- коллективная,
- индивидуальная (в рамках учебного занятия).

Формы занятий: по программе предусматривается проведение разнообразных форм занятий: теоретические, практические, комбинированные (совмещение теории и практики), беседы, опросы, игры, учебно-тренировочное занятие, соревнования, оздоровительные мероприятия, проведение тестирования, зачёта на сдачу контрольных упражнений.

Особенности организации образовательного процесса Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом. Состав группы постоянный, разновозрастной; в течение учебного года возможны отчисления и зачисления отдельных учащихся. Организация образовательного процесса предполагает:

1. Дифференцированный подход (учёт индивидуальных способностей, физических и психологических особенностей).
2. Регулирование темпа занятий с учётом утомляемости детей.
4. Связь занятий ГТО с жизнью. Благодаря активному участию детей в спортивной жизни школы, района, Республики формируется их внутренняя позиция, складывается собственное отношение к окружающему миру и к самому себе.
5. Использование на занятиях принципа систематичности и последовательности.

Режим занятий. Общее количество часов в год составляет 36 часов. Занятия проводятся один раз в неделю. Продолжительность одного занятия – один академический час (45 минут). Обучение проходит в группе численностью до 20 человек. Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором МБОУ Щёлкинская СОШ №1, включая каникулярное время.

Целью программы ВФСК «ГТО» заключается в использовании спорта и физкультуры для укрепления здоровья, воспитания гражданственности и

патриотизма, гармоничного и всестороннего развития, улучшения качества жизни населения России. Таким образом, целью дополнительной общеобразовательной программы «ГТО» является формирование разносторонней физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения здоровья через привлечение к выполнению норм ВФСК «ГТО».

Достижение цели осуществляется в ходе решения следующих **задач**:

- 1) увеличение количества учащихся, регулярно занимающихся спортом;
- 2) увеличение уровня физической подготовленности учащихся;
- 3) формирование у учащихся осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- 4) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека;
- 5) соблюдение рекомендаций к недельному двигательному режиму;
- 6) повышение информированности учащихся о способах, средствах, формах организации самостоятельных занятий;
- 7) развитие детского и детско-юношеского спорта в образовательной организации;
- 8) подготовка команд образовательной организации для выступления на Фестивалях ГТО различных уровней;
- 9) обеспечение учащихся необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.

Формы работы и содержание:

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: беседы, объяснение и показ, групповые учебно-тренировочные занятия.

Воспитательный потенциал программы

Цель воспитательной работы: создание благоприятной среды для повышения личностного роста учащихся, их развития и самореализации.

Задачи воспитательной работы:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- воспитывать эстетическую культуру учащихся;
- воспитывать чувство ответственности и исполнительности;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Ожидаемые результаты: - вовлечение большого числа учащихся в деятельность данного направления и повышение уровня сплоченности коллектива; - улучшение психического и физического здоровья учащихся; -

сокращение детского и подросткового травматизма; - развитие разносторонних интересов и увлечений детей.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, игра, викторина, видеоэкскурс, обучающие занятия, конкурс.

Воспитательные мероприятия по количеству участников: групповые, парные, индивидуальные.

Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания: познавательные, духовно-нравственные, культурно-досуговые, гражданскопатриотические, профилактические. Методы воспитательного воздействия: словесные, практические, и др.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в различных мероприятиях: концертах, мастер-классах, конкурсных программах, беседах и т.д.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе объединения. Для выполнения воспитательных задач педагогом разрабатывается план воспитательной работы объединения (Приложение).

Учебно-тематическое планирование

№	Программный материал	Количество часов	Теория	Практика
1	Теоретические сведения	4	4	
2	Легкая атлетика, спортивно-оздоровительная	10	1	9
3	Элементы гимнастики с элементами акробатики, спортивно-оздоровительная	8	1	7
4	Силовые упражнения	8	1	7
5	Спортивные игры	6		6
6	Итого	36	7	29

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты отражаются в готовности учащихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовки к выполнению нормативов ВФСК «ГТО». Они

включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностными результатами, формируемыми при реализации дополнительной программы «ГТО», являются: – активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; – проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; 4 – проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; – оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной; – формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; – усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей. **Метапредметные результаты** отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своей деятельности и подготовки к выполнению нормативов, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты. В соответствии с ФГОС ООО, СОО метапредметные результаты включают в себя универсальные учебные действия (УУД). Выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Регулятивные УУД: – умение самостоятельно определять цели своей деятельности, ставить и формулировать новые задачи во внеурочной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; – умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; – умение оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные возможности её решения; – владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора во внеурочной деятельности.

Познавательные УУД: – умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения поставленных задач; – формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и

профессиональной ориентации.

Коммуникативные УУД: – умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; – умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; – умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение; – умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; – формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ).

Содержание программы

Содержание курса внеурочной деятельности « ГТО»» состоит из двух разделов: «Теория «ГТО» (изучается в процессе занятий) и «Физическое совершенствование»

5 классы. Основы знаний История создания «ГТО?». Ступени современного ГТО. Этапы развития комплекса ГТО. Зимние виды спорта олимпийских игр. Физическая подготовка. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики. Из истории возникновения ГТО. История развития ГТО в СССР и первых соревнований. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений Способы физкультурной деятельности Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных

залах). Физическое совершенствование Легкая атлетика бег с ускорением от 30 до 40 м; техника высокого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (30 м, 60 м); принятие стартовых положений по командам «На старт!», «Внимание!», выполнение команды «Марш!». Бег на результат 60м. Бег на длинные дистанции (1500 м), Прыжки в длину с разбега с разбега; прыжки в длину с места; прыжки через небольшие препятствия; специальные прыжковые упражнения. Прыжки избранным способом с индивидуальным подбором разбега. Техника метания малого мяча 150гр. на дальность; метание малого мяча на дальность в коридор 5-6 м. Гимнастика. Акробатические упражнения. Перекаты и кувырки вперед; кувырок вперед в стойку на лопатках; кувырки назад в группировке. Прыжки через скакалку.

Спортивные игры (на развитие скорости, быстроты и гибкости. 7 Упражнения для развития гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперед в положении сидя(Разгибание ног из упора присев, не отрывая рук от пола. Наклоны вперед, притягивая туловище к ногам с помощью рук. Наклоны вперед из положения сидя, ноги прямые, в руках гимнастическая палка). Упражнения для развития силы: сгибания и разгибания рук в упоре лёжа, подтягивания на высокой перекладине (мальчики) и низкой перекладине (девочки), поднятие туловища в положении лёжа за 30 секунд . Спортивные мероприятия и праздники Учебные соревнования проводятся для проверки освоения школьниками двигательных умений и навыков, указанных в данном тематическом планировании, а также для выявления уровня физической подготовленности учащихся для сдачи нормативов ГТО.

6 класс Основы знаний Что такое «ГТО?». Ступени современного ГТО. Этапы развития комплекса ГТО. Зимние виды спорта с применением лыж. .Физическая подготовка. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики. Из истории возникновения ГТО. История развития ГТО в России. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений Способы физкультурной деятельности Самостоятельные занятия.

Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр(на спортивных площадках и в спортивных залах). Физическое совершенствование. Легкая атлетика: бег с ускорением от 30 до 40 м; техника низкого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (30 м, 60 м); принятие стартовых положений по командам «На старт!», «Внимание!», выполнение команды «Марш!». Бег на результат 30м. Бег на длинные дистанции (1000м-1500 м), Смешанное передвижение на 1км.(передвижение по дистанции бегом либо ходьбой в любой последовательности). 8 Прыжки в длину с разбега с 8-9 шагов разбега; прыжки в длину с места; прыжки через небольшие препятствия; сочетание разбега, отталкивания и прыжками, группировка приземление; специальные прыжковые упражнения. Техника метания малого мяча 150гр. на дальность; метание малого мяча на дальность в коридор 7-9 м. Метание теннисного мяча в вертикальные цели разного размера. Гимнастика. Акробатические упражнения. Перекаты и кувырки вперед; кувырок вперед в стойку на лопатках; кувырки вперед и назад; кувырки назад в группировке. . Прыжки через скакалку.

Упражнения для развития силы: поднимание туловища в положении лёжа на спине . (Поднимание туловища из положения лёжа спиной на наклонной скамейке, ноги закреплены. Поднимание туловища из положения лёжа на спине, руки с гантелями на груди, ноги согнутых в коленях.) Спортивные мероприятия и праздники Учебные соревнования проводятся для проверки освоения школьниками двигательных умений и навыков, указанных в данном тематическом планировании, а также для выявления уровня физической подготовленности учащихся для сдачи нормативов ГТО.

7 класс Основы знаний Путь к здоровью через «ГТО?». Ступени современного ГТО. Этапы развития комплекса ГТО. Зимние виды спорта с применением коньков. Физическая подготовка. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор

упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики. Из истории возникновения ГТО. Возрождение норм ГТО в России. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений. Способы физкультурной деятельности. Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических 9 качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Физическое совершенствование. Легкая атлетика бег с ускорением от 15 до 25 м; техника низкого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (60 м); принятие стартовых положений по командам «На старт!», «Внимание!», выполнение команды «Марш!». Бег на результат 30м. Метание. Метание малого мяча 150гр в цель и на дальность. Прыжки в длину с разбега с разбега; прыжки в длину с места толчком двумя ногами; развитие прыгучести; прыжки на гимнастическую скамейку толчком обеими ногами; прыжок в длину с места с разной скоростью в замедленном и ускоренном темпе. Гимнастика. Акробатические упражнения; кувырок вперед и назад в стойку на лопатках; кувырки вперед и назад; кувырки вперед и назад в стойку на лопатках, «мост» из положения лежа. Прыжки через скакалку.

Спортивные игры на развитие скорости, быстроты и гибкости. Упражнения для развития гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперед в положении сидя. (Разгибание ног из упора присев, не отрывая рук от пола. Наклоны вперед, притягивая туловище к ногам с помощью рук. Наклоны вперед из положения сидя, ноги прямые, в руках гимнастическая палка). Упражнения для развития силы: поднимание туловища в положении лёжа. (Поднимание туловища из положения лёжа спиной на наклонной скамейке, ноги закреплены. Поднимание туловища из положения лёжа на спине, руки с гантелями на груди, ноги согнутых в коленях.) Спортивные мероприятия и праздники Учебные соревнования

проводятся для проверки освоения школьниками двигательных умений и навыков, указанных в данном тематическом планировании, а также для выявления уровня физической подготовленности учащихся для сдачи нормативов ГТО

8 класс Основы знаний Возрождение ВФСК «ГТО». Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики, физкультминуток, физкульт-пауза. Физическое совершенствование. Упражнения для развития скоростно-силовых способностей: бег с ускорением от 30 до 60 м; техника высокого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (60 м) (100м); эстафетный бег; челночный бег 3*10 м; прыжок в длину с места, прыжки через препятствия; техника метания малого мяча на дальность; метание малого мяча на дальность в коридор 5-6 м. 10 Упражнения для развития выносливости: бег в равномерном темпе от 7 до 10 минут, бег на длинные дистанции (1000 м, 2000 м), бег на лыжах от 3 до 8 км, бег на лыжах на результат (2 км, 3 км), техника выполнения лыжных ходов, спусков, торможений и подъёмов, прыжки на скакалке до 3 минут. Упражнения для развития силы: сгибания и разгибания рук в упоре лёжа, подтягивания на высокой перекладине (юноши) и низкой перекладине (девушки), приседания, поднимание туловища в положении лёжа за 30 секунд и 1 минуту. Упражнения для развития координационных способностей: метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м. Упражнения для развития гибкости: наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперёд в положении сидя, с помощью партнёра, выпады вперёд и в сторону, полушпагат, акробатические комбинации. Спортивные мероприятия и праздники Учебные соревнования проводятся для проверки освоения школьниками двигательных умений и навыков, указанных в данном тематическом планировании, а также для выявления уровня физической подготовленности учащихся для сдачи нормативов ГТО.

9 классы Основы знаний Физическая подготовка и её связь с развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Требования техники безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды,

планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней гимнастики, физкультминуток, физкультпауза, коррекции осанки и телосложения. Физическое совершенствование. Упражнения для развития скоростно-силовых способностей: бег с ускорением от 30 до 60 м; техника высокого старта, стартового разгона, финиширования; бег на короткие дистанции (60 м, 100 м); эстафетный бег; челночный бег 3*10 м; прыжок в длину с места, прыжки через препятствия; техника метания малого мяча на дальность; метание малого мяча на дальность в коридор 5-6 м. Упражнения для развития выносливости: бег в равномерном темпе от 8 до 12 минут, бег на длинные дистанции (1000 м, 2000 м), бег на лыжах от 3 до 10 км, бег на лыжах на результат (2 км, 3 км, 5 км), техника выполнения лыжных ходов, спусков, торможений и подъёмов, коньковый ход, прыжки на скакалке до 3 минут. Упражнения для развития силы: сгибания и разгибания рук в упоре лёжа, подтягивания на высокой перекладине (юноши) и низкой перекладине (девушки), отжимания на брусьях, приседания, поднятие туловища в положении лёжа за 30 секунд и 1 минуту, поднятие ног в висе на гимнастической стенке, броски набивных мячей 2-5 кг. Упражнения для развития координационных способностей: метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с 6-8 м. метание мяча на точность. Упражнения для развития гибкости: наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, наклон вперед в положении сидя, с помощью партнёра, выпады вперед и в сторону, полушпагат, акробатические комбинации. контроль, итоговый контроль. Спортивные мероприятия и праздники.

Календарный учебный график (Приложение 1). Годовой календарный учебный график учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности учащихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья. Продолжительность учебного года составляет 36 недель (I полугодие – 17 недель, II полугодие – 19 недель).

Уровень _____ год обучения _____ группа(ы) _____

Месяц	1 полугодие																2 полугодие																					
	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль			март				апрель				май						
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36		
Кол-во часов в неделю (гр.)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
Кол-во часов в месяц (гр.)			4				4				4				4			4				3				4				4				4				
Аттестация/ формы контроля	Входная диагностика	Коллоквиум	Тестирование			Контрольный срез знаний			Турнир		Контрольный срез знаний		Контрольный срез знаний			Контрольный срез знаний					3					4												
Объем учебной нагрузки на учебный год 36 часа на одну группу																																						

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, мячи, гимнастические коврики, скакалки, ноутбук, колонки, раздевалка. Информационное обеспечение. Для занятий и информационнопросветительских мероприятий используются обучающие и профилактические видеоролики, мастер-классы, аудио-, фотоматериалы из интернет-источников (официальный сайт ООО «Инфоурок», Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», Международный образовательный портал МААМ, образовательная социальная сеть nsportal.ru)

Кадровое обеспечение. Педагог, работающий по данной программе, должен иметь педагогическое образование по специальности «Физкультура», знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей. Педагог должен владеть базовыми навыками работы с компьютерной техникой и программным обеспечением, базовыми навыками работы со средствами телекоммуникаций (системами навигаций в сети Интернет, навыками поиска в сети Интернет, электронной почтой и т.д.), иметь навыки и опыт обучения и самообучения с использованием цифровых образовательных ресурсов.

Методическое обеспечение программы включает в себя: методическую литературу и методические материалы, разработки для обеспечения образовательного и воспитательного процесса (планы-конспекты занятий, сценарии воспитательных мероприятий (Приложение). Оригиналы хранятся у педагога дополнительного образования и используются в образовательном процессе.

Формы организации образовательного процесса: - индивидуальная; - парная; - групповая; - коллективная. Педагогические технологии: здоровьесберегающие технологии, групповые технологии, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности.

Алгоритм учебного занятия: - приветствие, проведение краткого инструктажа по технике безопасности; - подготовительные упражнения и разогрев (рук, ног, корпуса, головы); - разучивание и отработка отдельных движений; - рефлексия и подведение итогов занятия.

Формы аттестации/ контроля. Оперативное управление учебным процессом невозможно без осуществления контроля знаний, умений и навыков учащихся. Именно через контроль осуществляется проверочная, воспитательная и корректирующая функции. Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной контроль, промежуточная аттестация, итоговая аттестация. Входной контроль проводится с целью определения уровня развития и навыков детей. Его результаты позволяют определить уровни развития первоначального практического навыка и разделить детей на уровни мастерства. Это деление обеспечивает личностно-ориентированный подход в процессе обучения (входной контроль проводится в

виде беседы с учащимися). Промежуточная аттестация – определение результатов обучения, изменения уровня развития детей, их физических способностей по окончании 1-го полугодия учебного года. Ориентирование учащихся на дальнейшее обучение. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года с целью определения результатов обучения, определение изменения уровня развития детей, их физических способностей.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: - наблюдения при отработке упражнений; - тестовые задания, опросы, беседы; - творческое задание; - текущая оценка достигнутого самим ребенком; - экспертные оценки, независимые характеристики (отзывы родителей, педагогов, зрителей); - анализ продуктивной деятельности, участие в спортивных конкурсах, достижения учащихся. Результаты мониторинга фиксируются педагогом в протоколе и итоговой ведомости. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов. Для предъявления демонстрации образовательных результатов по программе используется: - диагностические материалы, которые позволяют определить количество учащихся чел.%, полностью освоивших дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу; определить уровень усвоения программы (высокий, достаточный, низкий); - открытое занятие; - творческое задание; - показательное выступление. Оценочные материалы. Усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням: - высокий уровень (1) - показывает хорошие знания в области физической подготовки, ГТО; (2) – методически верно исполняет упражнения, правильно использует физическую силу; хорошо владеет техниками; умеет работать в паре и группе; (3) – выступает в соревнованиях, участвует в мероприятиях; - достаточный уровень (1) - не в полном объеме владеет знаниями в области физической культуры, основах физической подготовки, терминологией; (2) - не уверенно выполняет упражнения и движения; не в полном объеме владеет техниками исполнения упражнений; умеет работать в паре и группе; (3) - не всегда участвует в соревнованиях и мероприятиях; - низкий уровень (1) - плохо владеет знаниями в области физической культуры, основах ГТО, спортивной терминологией; (2) - не уверенно исполняет спортивные упражнения; не владеет техниками исполнения упражнений; не умеет работать в группе; (3) - практически не участвует в соревнованиях, и мероприятиях.

КОНТРОЛЬНО – ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Для проведения промежуточной аттестации Система оценки. Тестирование осуществляется в порядке, установленном приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29.08.2014 г. № 739 «Об утверждении Порядка организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского

физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

Тестирование, позволяющее определить уровень развития физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков лиц, участвующих в испытаниях, осуществляется в следующей последовательности по видам испытаний (тестов): Промежуточная аттестация проводится в форме спортивного праздника « ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ» Для фиксации результатов по тестированию к проведению праздника привлекаются классные руководители 5-9 классов.

Тестирование проходит по следующим испытаниям: 1.Гибкость. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения (далее – ИП): стоя на полу или гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10 - 15 см. Участник выступает в спортивной форме, позволяющей спортивным судьям определять выпрямление ног в коленях. При выполнении испытания (теста) на полу участник по команде выполняет два предварительных наклона. При третьем наклоне касается пола пальцами или ладонями двух рук и удерживает касание в течение 2 с. При выполнении испытания (теста) на гимнастической скамье участник по команде выполняет два предварительных наклона, ладони двигаются вдоль линейки измерения. При третьем наклоне участник максимально наклоняется и удерживает касание линейки измерения в течение 2 с. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком «-», ниже - знаком «+». . <http://www.gto.ru> – Автоматизированная информационная система (АИС) ГТО. <http://sgpk.rkomi.ru/gto/> - сайт Регионального центра тестирования ГТО <https://giseo.rkomi.ru/> - ресурс для дистанционных форм обучения <http://www.edu.ru> – Образовательный портал «Российской образование» 13 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Выполнение сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, может проводиться с применением «контактной платформы», либо без нее. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу выполняется из ИП: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Участник, сгибая руки, касается грудью пола или «контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 с, продолжает выполнение испытания (теста). Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом спортивного судьи в ИП. Скоростные возможности. 3.Челночный бег 3x10 м. Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются две параллельные линии – «Старт» и «Финиш». Участники, не наступая на стартовую

линию, принимают положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомеров) участники бегут до линии «Финиш», касаются ее рукой, возвращаются к линии «Старт», касаются ее и преодолевают последний отрезок без касания линии «Финиш» рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека. 4. Бег 30, 60, 100 м. Бег проводится по дорожкам стадиона или на любой ровной площадке с твердым покрытием. Бег на 30 м выполняется с высокого старта, бег на 60 и 100 м - с низкого или высокого старта. Участники стартуют по 2 - 4 человека 5. Скоростно-силовые возможности. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает ИП: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается. Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания любой ногой до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат. Измерение производится по перпендикулярной прямой от ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника, до линии отталкивания. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат. 6. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Для выполнения испытания (теста) создаются пары, один из партнеров выполняет испытание (тест), другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами. 14 7. Выносливость. Бег на 1500 м – 5,6 классы на 2000 м- 7,8,9 классы Бег на выносливость проводится по беговой дорожке спортивной площадки.

Список литературы

Для педагога

1. Ивочкин, В.В. Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции,

спортивная ходьба: Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва /В.В. Ивочкин, Ю.Г. Травин, Г.Н. Королев, Г.Н. Семаева. – М.: Советский спорт, 2014.

2. Кашкин, А.А. Плавание: Примерная программа спортивной

подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва /А.А. Кашкин, О.И. Попов, В.В. Смирнов. – М.: Советский спорт, 2014.

3. Квашук, П.В. Лыжные гонки: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва /П.В. Квашук. –М.: Советский спорт, 20303.

4. Полиатлон: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Электронный ресурс] – М.:Советский спорт, 2015. –112 с.

5. Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2013, 2014. «Рекомендовано МО РФ»

6. Лях В.И. Физическая культура. 8-9 класс. – М.: Просвещение, 2014. «Рекомендовано МО РФ»

7. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ»

8. В.С Кузнецов, Г.А Колодницкий «Внеурочная деятельность Подготовка к сдаче комплекса ГТО» - М.: Просвещение, 2016

Для детей

1. Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2013.

2. С.А. Локтев. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте. Практическое руководство для тренера «Советский спорт» Москва, 2017

3. Локтев С.А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте.

4. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов. – М.: Физическая культура, 2010.

5. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник. – М.: Физическая культура, 2010

6. Раменская Т.И. «Юный лыжник» М, 2004г.

7. Травин, Ю.Г. Организация и методика занятий легкой атлетикой с детьми, подростками, юношами и девушками / Ю.Г. Травин. – М.: Физкультура и спорт, 2010

8. Пьянзина А.И. Спортивная подготовка легкоатлетов-прыгунов «Теория и практика физической культуры» Москва, 2014

9. Селуянов В.Н. Подготовка бегуна на средние дистанции «ТВТ Дивизион» Москва, 2017

10. Ярошенко В.В. Туристический клуб школьников. М.: ТЦ Сфера, 2014.

11. Зеличенко В.Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: Критерии отбора. - М.: Терра-спорт, 2010.

12. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО. Москва «Просвещение» 2015

Список интернет–ресурсов: www.gto.ru/

Лист корректировки

Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«ГТО 5-9 классы»

(название программы)

п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с заведующим подразделения (подпись)

План воспитательной работы

- Организация и проведение совместных дел с учащимися, интересных и полезных для личностного развития ребенка трудовой, спортивно-оздоровительной, духовно-нравственной, творческой, профориентационной и другой направленности, позволяющие:

- сплочение коллектива через:

- игры и тренинги на сплочение и командообразование, развитие самоуправленческих начал и организаторских, лидерских качеств, умений и навыков;

- походы и экскурсии, организуемые руководителем совместно с родителями;

Индивидуальная работа с учащимися:

- изучение особенностей личностного развития учащихся через наблюдение за поведением школьников в их повседневной жизни, в специально создаваемых педагогических ситуациях, в играх, погружающих ребенка в мир человеческих отношений, в организуемых педагогом беседах по тем или иным нравственным проблемам;

- поддержка ребенка в решении важных для него жизненных проблем (налаживание взаимоотношений с одноклассниками или учителями, успеваемость и т.п.).

- мотивация школьников на участие в соревнованиях и конкурсах;

Работа с родителями учащихся или их законными представителями:

- регулярное информирование родителей об успехах и проблемах их детей, о жизни класса в целом;

- помощь родителям школьников или их законным представителям в регулировании отношений между ними, администрацией школы и учителями-предметниками;

3.1. Модуль «Урок»

Реализация педагогом воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией - инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения;

- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- проведение в образовательных организациях Республики Крым единых уроков в рамках Календаря образовательных событий, приуроченных к государственным и национальным праздникам Российской Федерации, памятным датам и событиям российской истории, спорта и культуры, а также посвященных памятным датам в истории Республики Крым.

○ Модуль «Конкурсные программы и проекты»

В Республике Крым с целью поиска, выявления, развития и поддержки одарённых детей Крыма, реализации их творческого и интеллектуального потенциала, стимулирования талантливой молодёжи, пропаганды регионального культурного наследия проводится более 300 конкурсов, фестивалей, олимпиад, соревнований и иных мероприятий, направленных на гражданское, патриотическое, духовно-нравственное, физическое, трудовое, экологическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию.

Традиционными для Республики Крым являются такие конкурсные программы, как: «Крымский вальс», «Мы -наследники Победы!», «Прикосновение к истокам», «Крым в моем сердце», фестиваль детского творчества «Крымский вундеркинд», «Таланты многодетной семьи», «Зерно истины», «Сердце, отданное людям», конкурс семейных школьных команд «Семейный очаг», конкурс творческих работ «Хочу написать Закон», телевизионный конкурс знатоков православной культуры «Зерно истины», республиканская конференция учащихся общеобразовательных учреждений Республики Крым «Православие в Крыму: история, традиции, современность» и др.

При реализации воспитательной работы в рамках данного модуля МБОУ «Щелкинская СОШ №1» учитывает конкурсные программы и проекты, реализуемые на школьном и муниципальном уровне, а также может дополнять мероприятиями республиканского и всероссийского уровней.

При организации будет осуществляться взаимодействие с учреждениями дополнительного образования, расположенными на территории муниципального образования Республики Крым (центры творчества, ДЮСШ, школы искусств и др.).

Примерами конкурсных программ республиканского, всероссийского уровней могут быть, в том числе традиционные мероприятия республиканских учреждений дополнительного образования, платформы «Россия страна возможностей»,

Общероссийской общественногосударственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»:

ГБОУ ДО РК «Дворец детского и юношеского творчества»

Республиканский фестиваль «Крымский вальс» для выпускников общеобразовательных учреждений Республики Крым

Республиканский открытый фестиваль-конкурс детского творчества «Крым в сердце моем»

Республиканский конкурс детских рисунков плакатов «Я -против коррупции»

Республиканский конкурс на знание Конституции Российской Федерации

Республиканский смотр-конкурс среди общеобразовательных и дошкольных образовательных организации на лучшую организацию работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма «Безопасность детей в наших руках»

Республиканский конкурс детского творчества по безопасности дорожного движения среди воспитанников и учащихся образовательных организаций Республики Крым «Дорога глазами детей»

Республиканский этап Всероссийского конкурса юных инспекторов движения «Безопасное колесо»

Республиканский патриотический конкурс детского творчества «Ради жизни на земле!..» среди учащихся образовательных организаций Республики Крым

Республиканская выставка-конкурс декоративно-прикладного творчества «Прикосновение к истокам» среди учащихся образовательных организаций Республики Крым

Республиканский фестиваль-конкурс «Школьные подмостки» среди театральных коллективов образовательных организаций Республики Крым

ГБОУ ДО РК «Центр детско-юношеского туризма и краеведения» Республиканская патриотическая краеведческая конференция учащихся «Крым -наш общий дом», посвященная Дню Великой Победы;

Республиканский туристский слет обучающихся образовательных учреждений Республики Крым; Слет юных туристов «Крымская осень»

Региональный этап Всероссийской туристско-краеведческой экспедиции «Я познаю Россию»

Всероссийские спортивные соревнования школьников «Президентские состязания»

Всероссийские спортивные игры школьников «Президентские спортивные игры»

ГБОУ ДО РК «Малая академия наук «Искатель»

Республиканский заочный конкурс работ юных фотохудожников «Крым - полуостров мечты»

Республиканский конкурс-защита научно-исследовательских работ МАН «Искатель»

Республиканский конкурс «Космические фантазии»

Республиканский заочный конкурс «Мирный космос»

Республиканская выставка работ кружков по начальному техническому моделированию

Республиканский конкурс «Мы -гордость Крыма»

Республиканский фестиваль робототехники «КвантоРоботикс»

Республиканские соревнования по авиамодельному спорту (микроавиамодели)

Республиканский конкурс по радиоэлектронному конструированию

Республиканская выставка -конкурс технического творчества «Наш поиск и творчество -тебе, Родина!»

Республиканский фестиваль «Доступный космос»

Республиканский конкурс по ИКТ «С компьютером на ТЫ»

Республиканский конкурс исследовательских работ и проектов учащихся среднего

школьного возраста «Шаг в науку»

Республиканская научно-практическая конференция «Космос. Земля. Человек» _____

Республиканский конкурс дополнительных общеобразовательных программ для одаренных детей и талантливой молодежи

Республиканский заочный фестиваль детского экранного творчества «Магический экран» _____

Крымское открытое первенство по спортивной радиопеленгации

Республиканское соревнование по робототехнике «Кубок РТК мини: Республика Крым» _____

Республиканская выставка - конкурс декоративно-прикладного творчества и изобразительного искусства «Знай и люби свой край»

Турнир по мастерству в области аддитивных технологий _____

Крымский форум талантливых и одаренных детей «Интеллектуальный старт-ап» _____

ГБОУЛО РК «Эколого-биологический центр»

Республиканский конкурс природоведческих исследовательских проектов

Республиканская научно-практическая конференция учащихся «Проблемы охраны окружающей среды»

Республиканская турнирная программа «ЭКОС» для учащихся 6-7 классов

Республиканская эколого-природоохранная акция «К чистым истокам» _____

Республиканская эколого-природоохранная акция «Птица года» _____

Республиканский конкурс «Исследовательский старт» для учащихся 5 - 7 классов Республиканская экологическая акция «Сохраним можжевелники Крыма»

Платформа «Россия - страна возможностей» Всероссийский конкурс для школьников 8-10 классов «Большая перемена»

Всероссийский конкурс «РДШ - территория самоуправления»

Общероссийская общественно-государственная детско-юношеская организация «Российское движение школьников»

Всероссийский проект «Медиаграмотность» (участники от 12 лет) _____

Всероссийский проект «Экотренд» (участники от 8 лет) _____

Всероссийские соревнования по русскому силовому «Сила РДШ» среди обучающихся общеобразовательных организаций (участники от 7 лет, с 1 по 10 классы)

Всероссийский турнир по шахматам на кубок Российского движения школьников _____

Всероссийские детско-юношеские военно-спортивные игры: «Зарничка», «Зарница», «Орленок»

Всероссийский проект «Школьный музей» (участники с 5 по 11 классы)

Всероссийский проект «Информационная культура и безопасность» (участники от 8 лет)

Всероссийский проект «Дизайн информации и пространства» (участники от 12 лет)

Всероссийский проект «Здоровье с РДШ» (участники от 8 лет) _____

Всероссийский проект «Классный час. Перегрузка» (участники от 8 лет) _____

Всероссийский проект «Профориентация в цифровую эпоху» (участники от 8 лет) _____

Всероссийский конкурс лидеров и руководителей детских и молодежных общественных объединений «Лидер XXI века»

Всероссийский конкурс «Лучшая команда РДШ» _____

Всероссийский проект «Лига добровольческих отрядов» _____

Всероссийский конкурс «Доброволец России» номинация «Юный доброволец» _____

Календарно- тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Дата	
		план	факт
1	Инструктаж по ТБ. Специальные беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, прыжкообразный бег, семенящий бег		
2	Совершенствуя техники отдельных элементов, положений по команде «на старт», «внимание», «марш»		
3	Бег в медленном темпе 6—8 мин		
4	Общеразвивающие упражнения		
5	Бег в медленном темпе 7—8 минут		
6	Бег в медленном темпе 8—10 минут		
7	Специальные беговые упражнения		
8	Бег с ускорением 3—4 раза — дистанция 30—40 м		
9	Бег в медленном темпе 10—12 минут		
10	Бег с ускорением 4—5 раз — дистанция 30—40 м		
11	Повторные пробежки, дистанции 60—100 м на результат (3—4 р.)		
12	Инструктаж по ТБ. Прыжки через небольшие горизонтальные препятствия		
13	Сочетание разбега, отталкивания и прыжками. Группировка и приземление		
14	Прыжки избранным способом с индивидуальным подбором разбега		
15	Специальные прыжковые упражнения, прыжки на результат		
16	Подвижные игры с бегом и прыжками		
17	Прыжки из приседа		
18	Инструктаж по ТБ. Овладение хватом мяча и броски одной кистью вниз		
19	Бросок («хлест»)		
20	Метание через вертикальные препятствия		
21	Метание с двух, трех, пяти шагов разбега		
22	Метание на 2—3 м		
23	Специальные, подводящие и подготовительные упражнения для овладения отдельными элементами техники метания мяча		
24	Подвижные игры, метание в цель по площадке и др.		
25	Овладение хватом мяча и броски одной кистью вниз		
26	Инструктаж по ТБ. общеразвивающие упражнения		
27	Бег в умеренном темпе 7—8 минут		
28	Бег с ускорением		
29	Бег в медленном темпе 5—6 минут		
30	Общеразвивающие упражнения		
31	Пробежки с низкого старта		
32	Бег на результат		
33	Пробегание отрезков 150—200—300 м		

34	Игра «Вызов номеров»		
35-36	Итоговое занятие		