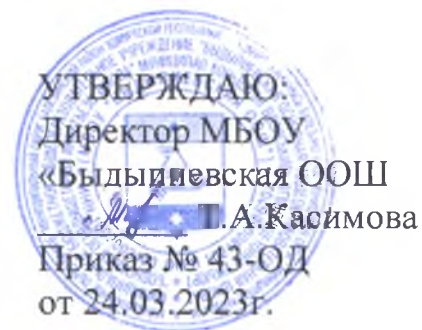


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Быдыпиевская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА

На заседании
педагогического совета
Протокол № 8
от 24.03.2023г.



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности
«Общая физическая подготовка»

Возраст: 12- 15 лет
Срок реализации- 1 год

Составитель:
Чирков Александр Юрьевич
учитель физической культуры

Быдыпи, 2023год

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

1. Направленность дополнительной образовательной программы.

Данная программа носит физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы: базовый

Актуальность программы данной программы состоит в том, чтобы привить двигательные навыки к занятиям не только физической культурой, но и выбрать в дальнейшем определенный вид спорта. Программа способствует развитию интереса к здоровому образу жизни.

Отличительной особенностью данной программы является комплексный подход к обучению и оздоровлению, сочетание различных видов деятельности.

Детям предоставляется возможность из большого количества упражнений и игр выбрать те, которые у них лучше получаются. Это дает возможность каждому учащемуся относиться к обучению более сознательно и активно, помогает ребенку оценить свой потенциал с точки зрения образовательной перспективы, способствуя созданию положительной мотивации обучения.

В программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями занимающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены.

Новизна программы состоит в идее гармоничного сочетания современных оздоровительных технологий: классических оздоровительных методик и общефизической подготовки.

Педагогическая целесообразность. Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье, является рациональная двигательная активность. Двигательные действия являются мощным фактором, повышающим адаптационные возможности организма, расширяющим функциональные резервы. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений и участие в спортивных соревнованиях. (Теоретические сведения сообщаются в процессе практических занятий).

Адресат программы: программа ориентирована на учащихся в возрасте от 12 до 15 лет вне зависимости от пола. Занятия ОФП общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года. Заниматься в секции может каждый школьник, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям.

Состав обучающейся группы составляет не более 10 человек.

Практическая значимость для целевой группы состоит в том, что занятия в секции общей физической подготовки являются хорошей школой физической культуры и проводятся с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой; приобретения инструкторских навыков и умения самостоятельно заниматься физической культурой, формирования моральных и волевых качеств.

Преимущество программы. Программа секции общей физической подготовки составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов детей к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни (в зависимости от возраста, пола, времени года и местных особенностей).

Основой ОФП являются развитие двигательных качеств человека - быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости посредством физических упражнений, спортивных и подвижных игр, упражнений с элементами гимнастики и акробатики, прикладных видов спорта.

Объем программы. 34 часа.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на реализацию в течение года.

Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса. Особенности данной программы от уже существующих в этой области в том, что она дает возможность для поиска новых эффективных форм организации и обеспечения высокого качества учебного процесса, деликатное содействие устранению недостатков физического развития школьников, укрепление здоровья с помощью условий естественной среды (воздух, солнце, земля, вода, снег).

Основные формы организации образовательного процесса: групповые и индивидуальные формы занятий - теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций - и практическую части: ОФП и игры;

- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания.

Формы обучения: очная

Режим занятий: занятия проводятся в размере 1-го академического часа.

1.2. Цель и задачи программы

Целью данной программы является:

- ✓ Развитие и формирование всестороннего развития личности школьника.
- ✓ увеличение двигательной активности детей школьного возраста, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни.

Основные задачи теоретических знаний – дать необходимые знания по истории, теории и методике физической культуры, о врачебном контроле и самоконтроле, о гигиене, о технике безопасности, о первой медицинской помощи при травмах, о технике и тактике видов спорта, о правилах и организации проведения соревнований; об инвентаре, о правилах поведения на спортивных сооружениях.

Задачи программы:

- ✓ развитие основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) и их сочетаний;
- ✓ формирование и совершенствование двигательных умений и навыков, обучение новым видам движений, основанные на приобретенных знаниях и мотивации к выполнению физических упражнений;
- ✓ формирование гигиенических навыков, приемов закаливания;
- ✓ профилактика и коррекция отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата (негативных изменений позвоночного столба, свода стопы и других);
- ✓ воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, навыков культурного и физически компетентного общественного поведения;
- ✓ формирование привычки заботиться о своем здоровье в повседневной жизни, навыков организации самостоятельной двигательной активности.
- ✓ совершенствование спортивных навыков у наиболее способных и подготовленных детей.

Особенности методики данной программы:

обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола двигательной подготовленности детей соответствующего возраста;

- ✓ достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий, комплексного подбора учебного материала на каждом занятии;
- ✓ эмоциональности образовательной и инструктивной направленности учебных занятий;
- ✓ формирование у детей навыков и умений в проведении самостоятельных занятий.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№	Содержание темы	количество часов		
		всего	теория	практика
1	Физическая культура и спорт в РФ	1	1	-
2	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль	2	2	-
3	Инструктаж по технике безопасности. Места занятий, оборудование, инвентарь	1	1	-
4	Лёгкая атлетика	12	1	11
5	Гимнастика и акробатика	4	-	4
6	Настольный теннис	4	-	4
7	Футбол	4	-	4
8	Волейбол	4	-	4
9	Инструкторская и судейская практика	1	-	1
10	Контрольные испытания, соревнования	1	-	1
	Итого:	34	5	29

1.3.2. Содержание учебного плана

Физическая культура и спорт в РФ.

Понятие о физической культуре. Возникновение и история физической культуры. Значение занятий физической культурой и спортом. Физическая культура и спорт - средство всестороннего развития личности.

Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой помощи.

Гигиена одежды и обуви. Личная гигиена. Распорядок дня и двигательный режим школьника. Режим питания и питьевой режим.

Правила закаливания. Медицинский осмотр во врачебно - физкультурном диспансере.

Инструктаж по технике безопасности. Места занятий, оборудование, инвентарь.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой, гимнастикой и акробатикой, настольным теннисом, подвижным и спортивным играм, стрельбе, плаванию.

Лёгкая атлетика.

Медленный бег до 15 мин. Бег на короткие дистанции 20, 30, 60 м.

Сдача тестов по бегу на 20, 30, 60, 500, 1000м. Повторный и переменный бег 400-800м.

Прыжки в длину с разбега способом «прогнувшись». Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Метание мяча 150гр. на дальность с места и разбега нескольких шагов. Кросс 2000 - 5000 м.

Гимнастика. Акробатика

Строевые упражнения. Построения и перестроения. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Общеразвивающие упражнения с предметами и без (мячами, скакалками, гимнастическими палками), на гимнастических снарядах (стенках, скамейках).

Акробатические упражнения. Группировка. Перекаты. Кувырок вперед. Стойка на лопатках.

Лазанье, висы, упоры, равновесие

Лазанье по канату. Подтягивание из вися (мальчики). Акробатические упражнения.

Опорный прыжок. Преодоление полосы препятствий.

Настольный теннис.

Правила игры, стойка игрока. Передвижение шагами, выпадами, прыжками. Способы держания ракетки. Удары по мячу. Поддачи. Удар без вращения мяча («толчок») справа, слева.

Выбор позиции. Удары по мячу. Удар с верхним вращением («накат»), справа, слева. Разновидности ударов, нападающие и защитные; по прямой и косые; короткие и средние, длинные; с низким, средним, высоким отскоком; быстрые, средней силы, медленные. Выбор позиции. Применение изученных ударов против ударов противника. Игры на счёт. Соревнование в секции по круговой системе.

Футбол.

Правила игры. Передвижения и прыжки. Удары по мячу ногой. Удар носком, внутренней стороной стопы. Удары после остановки, ведения. Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары по мячу головой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча. Отбор мяча. Перехват. Выбивание мяча.

Удары по мячу серединой, внутренней, внешней частью подъёма. Удары на точность. Удары с места по катящемуся мячу. Остановка опускающегося мяча внутренней, внешней стороной, серединой подъёма, бедром. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой, с изменением направления. Финты. Отбор мяча.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижения и прыжки. Ловля мячей, летящих на разной высоте. Отбивание мяча, вбрасывание одной рукой, выбивание мяча.

Групповые тактические действия в нападении: игра «в стенку», игра «треугольником». Тактика игры в защите; выбор места, целесообразного технического приёма, способа противодействия нападающему, страховка.

Участие в соревнованиях. Не менее 5 игр.

Волейбол

Правила игры. Передвижения. Остановка шагом и прыжком. Поворот на месте. Передача мяча двумя руками от груди и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Передача мяча одной рукой от плеча и двумя руками сверху. Ведение мяча. Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой. Штрафной бросок. Перехват, вырывание,

забивание мяча. Выбор места. Целесообразное использование технических приемов. Участие в соревнованиях. 8 игр.

Ловля и передача мяча двумя и одной рукой. Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке с близкого расстояния. Бросок мяча в корзину со среднего расстояния. Броски мяча в корзину после ведения. Выбивание мяча. Перехват мяча. Борьба за мяч, отскочивший от щита.

Тактика игры в нападении: Быстрый прорыв, позиционное нападение.

Тактика игры в защите: личная и зонная система защиты.

Инструкторская и судейская практика.

Проведение с группой занимающихся комплекса общеразвивающих упражнений и подвижных игр. Судейство 3 соревнований в своей секции.

Контрольные испытания, соревнования.

1.4. Планируемые результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

1.5.Календарный учебный график

месяц	Неделя обучения		Количество часов
сентябрь	1	4-10	1
	2	11-17	1
	3	18-24	1
	4	25-30	1
октябрь	5	2-8	1
	6	9-15	1
	7	16-22	1
	8	23-29	1
ноябрь	9	7-12	1
	10	13-19	1
	11	20-26	1
	12	27.11- 3.12	1
декабрь	13	4-10	1
	14	11-17	1
	15	18-24	1
	16	25-29	1
январь	17	9-14	1
	18	15-21	1
	19	22-28	1
	20	29.01- 4.02	1
февраль	21	5-11	1
	23	12-18	1
	24	19-25	1
	25	26.02- 03.03	1
март	26	4-10	1
	27	11-17	1
	28	18-23	1

апрель	29	1-7	1
	30	8-14	1
	31	15-21	1
	32	22-28	1
	33	29.04-5.05	1
май	34	6-12	1
Всего учебных недель			34
Всего часов по программе			34

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Условия реализации программы

Материально-технические ресурсы: Для проведения практических занятий имеется спортивный зал, футбольное поле, волейбольная площадка.

Обучающиеся занимаются в спортивной форме и обуви (с учетом погодных-климатических условий).

Для проведения занятий по программе используется стандартное оборудование и инвентарь в соответствии с требованиями к организации учебного процесса:

- спортивный зал для занятий физической культурой (деревянный пол, достаточное освещение, вентиляция)
- спортивная площадка на открытом воздухе
- мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные, теннисные, набивные мячи, мячи для метания)
- гимнастические палки
- гимнастические маты
- гимнастический козел
- гимнастический конь
- шведская стенка
- канат
- спортивные гранаты
- эстафетная палка
- секундомер
- гимнастическая скамейка
- прочий мелкий спортивный инвентарь.

Информационные ресурсы: для проведения занятий по теоретической подготовке имеется плакаты по МЧС, телевизор, ноутбук.

Кадровые ресурсы: программа может реализовываться педагогами дополнительного образования. Образование – не ниже среднего специального, педагогического, и квалификацию по направлению «Физическая культура».

2.2 Формы аттестации/контроля

Оценочные материалы.

В течение учебного года педагог проводит поэтапную диагностику успешности усвоения программного материала:

- входной тестирование: проверка знаний и умений учащихся на начальном этапе освоения программы (входной контроль проводится путем проведения анкетирования или тестирования с последующим анализом результатов); позволяет

выявить уровень подготовленности и возможности обучающихся для занятия данным видом деятельности;

- текущий контроль осуществляется в процессе проведения учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений;
- итоговый контроль проводится в конце обучения при предъявлении ребенком результата обучения, предусмотренного программой в виде демонстрации навыков.

Для реализации программы используются различные виды тестирования физической подготовленности и физического развития, зачеты по усвоению знаний теоретических основ физической культуры и спорта, навыков здорового образа жизни:

1. Опрос учащихся по пройденному материалу
2. Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований
3. Тестирование общефизической, технической, тактической подготовки
4. Тестирование по теоретическому материалу
5. Контроль соблюдения техники безопасности
6. Привлечение обучающихся к судейству соревнований школьного уровня
7. Контрольные игры с заданиями
8. Выполнение отдельных упражнений с заданиями
9. Результаты соревнований

Формы аттестации.

Аттестация обучающихся проходит 1 раз в год в форме школьных соревнований и подтверждается грамотами за участие в спортивных мероприятиях.

Формы контроля освоения образовательной программы: текущий (наблюдение, тестирование) и итоговый (соревнование).

1. Бег 30, 60 метров. Выполняется с высокого старта. По команде «На старт» участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде «Внимание» наклоняются вперед и по команде «Марш» бегут к линии финиша по своей дорожке. Время определяют с помощью секундомера с точностью до 0,1 с.
2. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 сек. Упражнение начинать из положения сидя, ногами упираться в мат (ноги не держать), руки за головой. По сигналу туловище опустить на мат, голову, лопатки положить на мат. Поднимая туловище локтями коснуться коленей. Стопы от пола не отрывать.
3. Отжимания. Выполняется без учета времени. Руки на ширине плеч. Сгибание происходит до прикосновения с кубиком.
4. Прыжок в длину с места. На площадке проводят линию и перпендикулярно к ней закрепляют сантиметровую ленту (рулетку). Учащийся становится около линии, не касаясь ее носками, затем отводит руки на зад, сгибает ноги в коленях и, оттолкнувшись обеими ногами, делает резкий взмах руками вперед и прыгает вдоль разметки. Расстояние измеряется по линии до пятки ноги, стоящей сзади. Даются три попытки, лучший результат идет в зачет.
5. Прыжок в длину с разбега. Выполняется разбег 8-10 шагов и отталкивание от планки. Из трех попыток учитывается лучший результат.

6. Многоскоки, прыжки, которые выполняются попеременно с одной ноги на другую. Всего 8 прыжков.
7. Челночный бег 3x10 метров. В забеге принимают участие один-два человека. Перед началом бега на линию старта для каждого кладут два кубика или эстафетные палочки. По команде «На старт» участники выходят к линии старта. По команде «Внимание» они наклоняются и берут по одному кубику. По команде «Марш» бегут к финишу, кладут кубик на линию, не останавливаясь, возвращаются за вторым кубиком и также переносят его на линию финиша. Бросать кубики запрещается. Секундомер включают по команде «Марш» и выключают в момент, когда кубик касается пола. Результат фиксируется с точностью до 0,1с.
8. Метание мяча выполняется с разбега, каждому участнику предоставляется одна тренировочная и три зачетных попытки подряд; итоговый результат определяется по лучшему результату из трех попыток; мяч для метания – малый.
9. Наклон вперед из положения стоя/сидя - 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 10-15см.

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 «+».

10. Подтягивание на высокой и низкой перекладине

подтягивание из вися лежа на низкой перекладине выполняется из исходного положения (ИП):

Вис лежа лицом вверх хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, пятки могут упираться в опору высотой до 4 см.

подтягивание из вися на высокой перекладине выполняется из ИП:

вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Участник подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в висе, зафиксировав ИП на 1 с, продолжает выполнение испытания (теста).

Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

1. Кросс 1000 м, 2000 м, 3000 м. Бег выполняется в группе без учета времени.
2. Акробатическая комбинация. Выполняется на гимнастических матах. Кувырок, стойка на лопатках, ласточка, мост, кувырок на зад.

1. Подвижные игры. Выбор подвижной игры и самостоятельное ее проведение.
2. Спортивные игры. Ведение баскетбольного, футбольного мяча. Передача мяча в парах. Бросок в баскетбольное кольцо, удар по воротам, бросок мяча через сетку.

Критерии оценки:

«Зачтено»: выполнение всех нормативных испытаний, тестов.

Не зачтено, не выполнение нормативных испытаний, тестов.

2.3.Методическое обеспечение программы

Методические особенности организации образовательного процесса

Педагог подачу нового теоретического материала осуществляет следующими методами: рассказа, беседы, показа с объяснением и демонстрацией наглядных пособий. Перед выполнением практических упражнений педагог проводит словесное разъяснение техники исполнения. В течение практической части занятия педагог осуществляет текущий контроль качества и правильности выполнения заданий. По окончании изучения каждой новой темы педагог проводит фронтальный опрос обучающихся.

При завершении изучения конкретного раздела курса педагог осуществляет рубежный контроль путем устного опроса обучающихся по всем пройденным темам, проводит квалификационные соревнования. Педагог проводит собеседование с родителями при наборе детей в группы, делает краткий обзор тематики курса, знакомит с режимом занятий. При проявлении интереса со стороны родителей к содержанию программы курса педагог приглашает их посетить занятия вместе с детьми. Если возникает необходимость, педагог проводит индивидуальные встречи с родителями. Таким образом, родители всегда имеют возможность познакомиться с успехами своих детей на занятиях ОФП.

Методы обучения и воспитания

На занятиях ОФП применяются различные методы обучения и воспитания. Однако основными методами следует считать словесный, наглядный и практический. К основному методу воспитания следует отнести стимулирование, направленное на улучшение спортивных результатов.

Педагогические технологии

В ходе реализации программы будут использованы следующие технологии: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, здоровьесберегающая технология.

Дидактические материалы

Учебные приборы и оборудование, цветные таблицы, фильмы, презентации.

Демонстрационные материалы: раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения.

Методические разработки

Разработки викторин, игр-викторин, тестов, сценарии спортивных мероприятий.

3. Рабочая программа воспитания, календарный план воспитательной работы.

1. Характеристика детского объединения

Деятельность объединения «Общая физическая подготовка» имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Количество обучающихся объединения составляет 1 группу, всего 10 человек.

Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 12 до 15 лет.

Формы работы с обучающимися и их родителями (законными представителями) - индивидуальные и групповые.

2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания –

- создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме;
- приобщение обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;

Задачи воспитания –

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;

Планируемые результаты реализации программы воспитания

- 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;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

3. Работа с коллективом обучающихся

Работа с коллективом обучающихся детского объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

4. Работа с родителями

Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течение учебного года);

Календарный план воспитательной работы

№	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
Модуль «Воспитательная среда»				
СЕНТЯБРЬ				
1.	День открытых дверей «Мы вам рады» в объединении			
2.	День солидарности в борьбе с терроризмом. День памяти жертв Беслана.		03.09.	
3.	День памяти жертв блокады Ленинграда		08.09.	
4.	Международный день памяти жертв фашизма		11.09.	
ОКТЯБРЬ				
5.	Международный день пожилых людей		01.10.	
6	Всероссийский урок безопасности школьников в сети Интернет		22.10.	
НОЯБРЬ				
7	День народного единства		04.11	
8	Международный день толерантности		16.11	
9	День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России		8.11	
ДЕКАБРЬ				
10	День неизвестного солдата		03.12.	
11	День добровольца в России		5.12.	
12	День героев Отечества			
13	День конституции РФ		12.12.	
ЯНВАРЬ				
14	День полного снятия блокады Ленинграда		27.01.	
ФЕВРАЛЬ				

15	День защитников Отечества		23.02	
16	День памяти о Россиянах, исполняющих служебный долг за пределами Отечества		15.02	
АПРЕЛЬ				
17	Всемирный день здоровья		07.04.	
МАЙ				
18	День Победы		09.05.	
19.	Праздник для выпускников объединения «Попутного ветра!»			
Модуль «Работа с родителями»				
1.	Организационное родительское собрание	Знакомство родителей с целями и задачами обучения по данной ДООП, особенностями организации учебного процесса, режимом работы и учебным графиком	сентябрь	
2.	Индивидуальные консультации для родителей	Решение вопросов социального и педагогического характера	в течение учебного года	
3.	Открытые занятия для родителей	Знакомство родителей с промежуточными результатами работы объединения	декабрь, апрель	
4.	Итоговое родительское собрание	Подведение итогов работы объединения, знакомство с результатами итоговой аттестации обучающихся	май	
Модуль «Профилактика»				
1.	Первичный инструктаж по ТБ, правилам пожарной безопасности, поведению на дорогах, поведению при угрозе ЧС и теракта	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	сентябрь	
2.	Проведение учений по эвакуации при ЧС		октябрь	
3.	Проведение бесед по антикоррупционному	Формирование социальной	ноябрь	

	поведению	компетентности		
4.	Проведение бесед антинаркотической направленности	Противостояние манипуляциям	декабрь	
5.	Повторный инструктаж по ТБ, правилам пожарной безопасности, поведению на дорогах, поведению при угрозе ЧС и теракта	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	январь	
6.	Проведение бесед по информационной безопасности в сети	Формирование социальной компетентности	февраль	
6.	Беседы по профилактике разрешения конфликтных ситуаций с применением медиативных технологий	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся в конфликтных ситуациях	март	
7.	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Формирование социальной компетентности	апрель	
8.	Проведение бесед по правилам поведения на дорогах, в общественных местах в летнее время, по правилам поведения у водоемов	Повышение уровня конструктивного поведения обучающихся	май	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче нормативов ГТО: Учебное пособие для общеобразовательных организаций/ В.С. Кузнецов, Г.А.Колодницкий. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2018
2. Лебедев Е.И., Садыкова С.Л., Физическая культура. 1 – 11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. М.: Учитель 2010.
3. Лях В. И. Мой друг физкультура. М.: «Просвещение» 2006г.
4. Соколова Н.Г. Практическое руководство по детской лечебной физкультуре. Ростов-на-Дону: «Феникс» 2007 г.
5. Холодов. В. С. Кузнецов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: «Академия» 2003г

Методическая литература:

1. Здорово быть здоровым, 5-6 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций/(Э.А.Зюрин и др.); под ред. Г.Г.Онищенко. – М.: Просвещение, 2019
2. Здорово быть здоровым, 7-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций/(Э.А.Зюрин и др.); под ред. Г.Г.Онищенко. – М.: Просвещение, 2019

3. Гришина Ю .И. Основы силовой подготовки: знать и уметь; учебное пособие /Ю ,И. Гришина. —Ростов н/Д : Феникс, 2011 — 280, [1] с.: и л .— (Высшее образование).
4. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учеб. пособие. — Ростов н/Д: Феникс, 2010
5. Организация спортивной работы в школе. Нормативные документы. Инструкции и рекомендации.Планирование контроль. Внеклассная работа. [www.uchmag. Ru](http://www.uchmag.ru)
6. Журнал «Физическая культура». Образование, воспитание, тренировка. [http: //.](http://www.infosport/)