

**Муниципальное образовательное учреждение
«Лопухинский образовательный центр» имени
Героя Советского Союза Васильева Алексея Александровича**

ПРИНЯТО:

педагогическим советом

Протокол от №1 от 01.09.2024г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом №119-а от 01.09.2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Спортивный клуб «Радуга»

возраст: 10-15лет.

срок реализации: 1 год

Составила:

педагог доп. образования

Датий Анастасия Сергеевна

д. Лопухинка

2024 год

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Радуга» социально-гуманитарная, предназначена для обучающихся 5-8 класса муниципального образовательного учреждения. На изучение курса отводится 68 часов в год (2 часа в неделю).

Дополнительная общеразвивающая программа (далее – Программа) представляет собой комплекс основных характеристик образования, в котором должны быть отражены концептуальные, содержательные и организационные подходы к образовательной деятельности и ее результативности.

Настоящее Положение о дополнительных общеразвивающих программах (далее – Положение) разработано в соответствии: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (с изменениями, внесенными Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в РФ по вопросам воспитания обучающихся» ст.2п.9; с изменениями, вступившими в силу 25.07.2022; Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р); - Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года №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 (разд.6. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утв. на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол №3); Приказ Министерства просвещения РФ от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам среднего профессионального обучения, дополнительным программам»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ». Министерство просвещения № 629 «Об организационной деятельности по дополнительной общеразвивающей программе»

-Локальными актами Учреждения. Положение определяет порядок проектирования, экспертизы и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Образовательная деятельность по дополнительным общеразвивающим программам направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- укрепление здоровья;
- организацию свободного времени;
- обеспечение адаптации к жизни в обществе;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации.

Социально-экономические и политические условия современного общества формируют запрос на личность свободную, инициативную, творческую, с высоким уровнем духовности и интеллекта. Поэтому изучение этой программы необходимо начинать с начальной общеобразовательной школы.

Актуальность программы.

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа секции рассчитана на учащихся 10-15 лет. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутри школьных соревнованиях.

Работа секции предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для учащихся посещающих секцию первый год ставятся частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение технике стоек и перемещений, привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой, выполнение нормативных требований по видам подготовки, закаливание организма.

Учебное время по видам подготовки распределено таким образом, чтобы текущие темы совпадали с годовым планированием уроков физкультуры, что дополнительно стимулирует учащихся к занятиям и повышению уровня подготовки по тому или иному виду спорта.

Цель: совершенствование всех функций организма, укрепление нервной, сердечно-сосудистой, дыхательных систем, опорно-двигательного аппарата. Повышение сопротивляемости организма человека неблагоприятным влияниям внешней среды.

Задачи: 1. Укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию.
2. Обучение жизненно-важным двигательным навыкам и умениям.
3. Воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом и привитие необходимых гигиенических навыков и умений.

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты отражаются в готовности учащихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе подготовки к выполнению нормативов. 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.

Личностные результаты:

- 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, 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 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).

Ожидаемый результат.

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ- это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных недель	Режим занятий
1 год	01.09.2024 г.	27.05.2025г.	34	34	Вторник: 18-00 – 18-45 Четверг: 18-00 – 18-45

Календарно-тематическое планирование

№	Наименование темы	Кол-во часов	Фактическая дата
I	Футбол	9	
1	С\И Футбол. Повторение правил игры. инструктаж по технике безопасности	1	
2	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1	

3	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1	
4	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1	
5	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1	
6	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1	
7	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	
8	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	
9	Тактика вратаря. Двухсторонняя игра.	1	
II	Баскетбол	13	
1	С\И Баскетбол. Повторение правил игры. инструктаж по технике безопасности.	1	
2	Техническая подготовка игроков в баскетбол.	1	
3	Техническая подготовка игроков в баскетбол.	1	
4	Ловля мяча и передача в парах	1	
5	Ловля мяча и передача в парах	1	
6	Отработка точных бросков в кольцо. Двухсторонняя игра.	1	
7	Передача мяча сверху. Отработка бросков мяча.	1	
8	Передача мяча сверху. Отработка бросков мяча.	1	
9	Комплексные упражнения комбинации.	1	
10	Комплексные упражнения комбинации.	1	
11	Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами.	1	
12	Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами.	1	
13	Командные игры.	1	
II I	Стритбол.	11	
1	С\И стритбол. Повторение правил игры. инструктаж по технике безопасности.	1	

2	Техническая подготовка игроков в стритбол.	1	
3	Ловля мяча и передача в парах	1	
4	Ловля мяча и передача в парах	1	
5	Отработка точных бросков в кольцо. Двухсторонняя игра.	1	
6	Передача мяча сверху. Отработка бросков мяча.	1	
7	Комплексные упражнения комбинации.	1	
8	Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами.	1	
9	Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1	
10	Командные игры и соревнования.	1	
11	Командные игры и соревнования.	1	
I V	Волейбол	12	
	С\И Волейбол. Повторение правил игры. инструктаж по технике безопасности	1	
1	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1	
2	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.	1	
3	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	
4	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	
5	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	
6	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1	

7	Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1	
8	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1	
9	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1	
10	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1	
11	Свободная игра. Игра на счет	1	
12	Контрольные игры и соревнования.	1	
V	Бадминтон.	12	
1	С\И Бадминтон. Повторение правил игры. инструктаж по технике безопасности	1	
2	Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1	
3	Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1	
4	Свободная игра. Игра на счет	1	
5	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.		
6	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.	1	
7	Свободная игра. Игра на счет	1	
8	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1	
9	Свободная игра. Игра на счет	1	
10	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	1	
11	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	1	
12	Свободная игра. Игра на счет	1	
V I	Гандбол	11	

1	С\И Гандбол. Повторение правил игры. инструктаж по технике безопасности	1	
2	Ручной мяч. Основные правила игры.	1	
3	Ручной мяч. Основные правила игры.	1	
4	Свободная игра. Игра на счет	1	
5	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1	
6	Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1	
7	Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	1	
8	Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	1	
9	Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	1	
10	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	1	
11	Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	1	
ИТОГО:		68	

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.

1. Настольная книга учителя физической культуры. Автор Погадаев Г.И.
2. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.
3. Учебное пособие «Физическая культура».
4. Гимнастика. Автор М.Л. Журавлина.
5. Лыжная подготовка в школе. В.В. Осинцев.
6. Легкая атлетика в школе. О.Н.Трофимов.
7. Журналы «Физическая культура».

