

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовская область
Отдел образования администрации Волгодонского района
Ростовской области МБОУ: Потаповская СОШ

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
Протокол от «30» 08. 2023г.
№ 1

УТВЕРЖДАЮ

Приказом директор
МБОУ: Потаповская СОШ
Михайлевская С.Н.
Приказ от «30» 08.2023 г.
№ 343

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
общеразвивающая программа
физкультурно-оздоровительной направленности
Школьный спортивный клуб «СТАРТ»

Уровень программы: базовый

Вид программы: типовая

Тип программы: модульная

Возраст детей: от 12 до 15 лет

Срок реализации: 1 год, 36 часа

Разработчик: учитель физической культуры
Грицаева Александра Сергеевна

х. Потапов 2023 г.

ПАСПОРТ

Дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы

Школьный спортивный клуб «СТАРТ» физкультурно-оздоровительная направленность

(наименование программы с указанием направленности)

Наименование муниципалитета	Волгодонской район
Наименование организации	МБОУ: Потаповская СОШ
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	
Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Школьный спортивный клуб «СТАРТ»
Механизм финансирования (муниципальное задание; внебюджетное финансирование)	Муниципальное задание
ФИО автора (составителя) программы	Грицаева Александра Сергеевна
Краткое описание программы (аннотация) Форма(ы) обучения	Программа школьного спортивного клуба «Старт» по спортивно - оздоровительному направлению в 7-9 классах подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и концепцией физического воспитания. Принимая в расчёт динамику состояния здоровья учащихся в школе, на заседании педагогического совета принято решение по проектированию комплексной программы дошкольного образования по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 7-9 классов.
Уровень содержания (стартовый, базовый, продвинутый)	базовый
Продолжительность освоения (указать количество часов)	1год, 36 часов
Возрастная категория	12-15
Цель программы	создание условий для массового вовлечения обучающихся в систематический процесс занятия физической культурой и спортом
Задачи программы	- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы; - укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей; - закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся, полученных на уроках

	<p>физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей; - подготовка к сдаче норм ГТО; - профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.
Ожидаемые результаты и формы измерения достигнутых результатов	<ul style="list-style-type: none"> - увеличение количества учащихся, занимающихся в спортивных секциях; - увеличение количества различных школьных спортивных соревнований для привлечения большего количества разновозрастных участников; - увеличение % участников в региональных, муниципальных спортивно-массовых мероприятиях; - повышение качества участия в различных конкурсах, соревнованиях и проектах, в результате которых появится спортивный инвентарь, оборудование, туристское снаряжение для массовых занятий физической культурой и туризмом.
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ) (да/нет)	Да
Возможность реализации программы в сетевой форме (да/нет)	Нет
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий (да/нет)	Да
Состав материально-технической базы организации, которая позволяет реализовать программу ДОД (средства обучения)	<p>Для успешной реализации данной программы необходимы следующие средства обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортивные сооружения; • Спортивная экипировка; • Спортивный инвентарь

Оглавление

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	5
II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	10
2.1 Учебный план	10
Содержание учебного плана	10
2.2. Календарный учебный график.....	11

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	18
3.1 Условия реализации программы	18
3.2 Формы контроля и аттестации.....	18
3.3 Планируемые результаты.....	19
IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	21
3.1 Методическое сопровождение программы	21
3.2 Методические рекомендации по организации образовательного процесса	21
3.3 Условия успешной реализации программы	21
3.4 Воспитательная работа.....	21
V. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	23



I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. Ни одно другое социальное окружение нашего района не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьника, на развитие олимпийских видов спорта, какое может осуществить школа, которая является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья. В настоящее время решение проблемы сохранения здоровья детей в системе образования становится актуальным не только для родителей, но и для педагогического коллектива образовательного учреждения. Многочисленные данные научных исследований и официальной статистики свидетельствуют о неблагоприятной динамике основных показателей здоровья детей. На здоровье детей оказывают влияние множество факторов: экологическое состояние, образ жизни, качество оказания медицинских услуг и, конечно, отсутствие системы сохранения и укрепления здоровья детей. Поэтому и приходит осознание того, что именно школа должна стать важнейшим фактором сохранения и укрепления здоровья. Здоровье и успешность в обучении тесно связаны. Это и определило стратегию деятельности по данной проблеме нашего образовательного учреждения.

Учитывая, в школьном возрасте – происходит становление большинства физиологических функций, необходимо создавать условия, гарантирующие сохранение и укрепление здоровье детей. Педагогическому коллективу важно перестроить свою деятельность, чтобы проявлялась забота о здоровье учащихся. Изменить ситуацию возможно только координированной и взаимодополняющей деятельностью всех специалистов, связанных в своей работе с детьми. Педагоги, врачи, психологи, администраторы, родители и все, от кого зависит здоровье детей, должны приложить максимум усилий к тому, чтобы школа перестала быть фактором, наносящим вред здоровью. Но, может быть, не в традиционном понимании, когда обеспечивается соблюдение только гигиенических требований к организации образовательного процесса, а путем создания в образовательном учреждении условий, гарантирующих сохранение и укрепления здоровья. Это не должно пониматься и соблюдаться лишь в отношении «физического благополучия», но и в отношении психического и социального здоровья. Поэтому возникла необходимость в разработке и реализации программы Школьного спортивного клуба «Старт».

Нормативно-правовая база:

1.Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (ред. от 07.05.2013 с изменениями, вступившими в силу с 19 мая 2013 года) «Об образовании в Российской Федерации»;

2.Федеральный Закон Российской Федерации от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

3.ФГОС ООО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (в редакции от 29.06.2011) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

5. Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «По созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» от 10 августа 2011 года № МД-1077/19 (НП-02-07/4568);

6. Приказ Министерства образования науки России №1065 от 13.09.2013г. «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов»;

7. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;

8. Устав школьного спортивного клуба «Старт»

Актуальность программы заключается в том, что школа создает оздоровительно-развивающие условия для организации урочной и внеурочной деятельности в школе. Содержание программы заключается в комплексном, индивидуальном подходе, в диагностике, мониторинге состояния здоровья и развития в образовательном процессе и создании базы для них.

- Систематического посещения занятий физической культурой и спортом;

- Организация спортивно-массовой работы с детьми школьного возраста

Приоритетное назначение программы - забота о здоровье обучающихся, осуществляемое через создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

Программа составлена на основе общепедагогических **принципов**: системности, научности, доступности, гуманности, учета возрастных особенностей.

Формы (очно-заочной) работы

- Организация работы по физическому воспитанию учащихся класса, школы.

- Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа.

- Медицинский контроль.

- Совместная работа с общешкольным родительским комитетом и родительскими комитетами классов школы.

- Работа по укреплению материально-технической базы спортивного клуба школы.

Цель: создание условий для массового вовлечения обучающихся в систематический процесс занятия физической культурой и спортом

Задачи спортивного клуба:

Обучающие:

- укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей;

- подготовка к сдаче норм ГТО;

Развивающие:

- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы;

- закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся, полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;

Воспитательные:

- воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;

- профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.

Функции клуба:

- обеспечение внеклассных физкультурно-спортивных мероприятий с учащимися;

- проведение внутришкольных соревнований, товарищеских спортивных встреч между классами и другими школами;

- организация участия в соревнованиях, проводимых органами управления образования;

- проведение широкой пропаганды физической культуры и спорта в школе;

- расширение и укрепление материально-технической базы школы (оборудование школьных спортивных сооружений и уход за ними, ремонт спортивного инвентаря);

- формирование сборных команд образовательного учреждения для участия в соревнованиях более высокого ранга (районные и региональные соревнования).

Направления деятельности Школьного спортивного клуба

Основными направлениями деятельности школьного спортивного клуба являются:

- проведение внутришкольных спортивных соревнований (товарищеских встреч между классами, спортивными командами);

- выявление лучших спортсменов класса, школы;

- награждение грамотами и дипломами лучших спортсменов, команд – победителей в школьных соревнованиях;

- поощрение лучших спортсменов и активистов клуба;

- пропаганда физической культуры и спорта в школе;

- участие учеников в спортивных конкурсах

- проведение дней здоровья в школе;

- информационное обеспечение спортивной жизни школы через сменные информационные стенды, интернет и т.д.

Общая характеристика программы

Программа школьного спортивного клуба «Старт» по спортивно - оздоровительному направлению подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и концепцией физического воспитания.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья учащихся в школе, на заседании педагогического совета принято решение по проектированию комплексной программы по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 7-9 классов.

Программа призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Рекомендована учителям физической культуры общеобразовательных учреждений.

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся в формах, отличных от урочной системы обучения.

Организация работы спортивного клуба школы

Общее руководство деятельностью спортивного клуба школы осуществляет учитель по физической культуре Грицаева А.С.

Структура Совета Клуба

Председатель Совета ШСК: Заместитель: Члены Совета Клуба: 4 человека

Организация работы Клуба

Общее руководство по организации и созданию школьного спортивного клуба осуществляет директор школы С.Н. Михайлевская или его заместитель по воспитательной работе Н.Ф. Старинская;

Членами школьного спортивного клуба могут быть учащиеся 5-11 классов;

Количество членов Клуба, секций, команд не ограничивается;

Председатель Совета Клуба, его заместитель, выбираются из состава членов Клуба. Судьи (арбитры) назначаются из числа наиболее подготовленных учащихся школы, капитанов команд.

Права и обязанности членов спортивного клуба школы

Члены спортивного клуба школы обязаны:

- посещать спортивные секции по избранному виду спорта;
- принимать активное участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы;
- соблюдать рекомендации школьного врача по вопросам самоконтроля и соблюдения правил личной гигиены;

- ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;
- способствовать укреплению материально-спортивной базы школы;

Члены спортивного клуба имеют право совмещать посещение секций по различным видам спорта в случае успешной учебы в школе

Место данного курса в учебном плане.

Программа рассчитана на 1 год обучения (72 часа в год, 2 часа в неделю).

Занятия по программе проводятся во внеурочное время

Форма обучения: очная

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

2.1 Учебный план

Таблица 1

№ п/п		Количество часов			Форма контроля, аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1. Раздел 1. Основы знания о физической культуре и спорте					
1.1	Техника безопасности на занятиях. История развития ФКис	2	0	2	Устный опрос
2. Раздел 2. Спортивные игры					
2.1	Футбол	1	10	11	Практическое занятие
2.2	Волейбол	1	13	14	Практическое занятие
2.3	Баскетбол	1	13	14	Практическое занятие
2.4	Гандбол	1	10	11	Практическое занятие
3. Раздел 3. Спортивная и физическая подготовка					
3.1	ОФП	0	10	10	Практическое занятие
3.2	СФП	0	10	10	Практическое занятие
Итого:		6	66	72	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Основы знания о ФКис

Инструктажи по технике безопасности; профилактика травматизма; характеризовать физическую культуру как явление культуры, её направления и формы организации, роль и значение в жизни современного человека и общества

Раздел 2. Спортивные игры

Демонстрация основных технических и тактических действий в игровых видах спорта в условиях учебной и соревновательной деятельности

Баскетбол

1. Основы знаний. Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.

2. Специальная подготовка. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении. Ведение мяча

правой и левой рукой с изменением направления. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, бросок одной рукой после ведения. Подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка мяча», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения.

Волейбол

1. Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Утренняя физическая зарядка.

2. Специальная подготовка. Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Футбол

1. Основы знаний. Различие между футболом и мини-футболом (футзалом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой.

2. Специальная подготовка. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Подвижные игры: «Передал – садись», «Передай мяч головой».

Гандбол

1. Основы знаний. Основные правила игры в гандбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Судейство спортивной игры

2. Специальная подготовка. Стойки и перемещения гандболиста, броски одной рукой, работа вратаря, броски от 7ми метровой линии, броски по воротам.

Раздел 3. Спортивная и физическая подготовка

Воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей; применение комплексов для совершенствования ОФП и СФП.

Упражнения корригирующей и профилактической направленности, их использование в режиме учебного дня и системе самостоятельных оздоровительных занятий; комплексы упражнений из современных систем оздоровительной физической культуры; упражнения общефизической подготовки; простоты показателей в развитии основных физических качеств, результатов в тестовых заданиях Комплекса «Готов к труду и обороне».

2.2. Календарный учебный график

Таблица 2

**Календарный учебный график
Школьный спортивный клуб «СТАРТ»**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	07.09.2023	План работы и техника безопасности на занятиях физической культуры. Истоки возникновения культуры как социального явления	2	15.10-16.40	опрос	Спортивный зал	текущий
2.	14.09.2023	День здоровья. «День ГТО»	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивная площадка	текущий
3.	21.09.2023	Сдача норм ГТО	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивная площадка	текущий
4.	28.09.2023	Сдача норм ГТО	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивная площадка	контроль
5.	05.10.2023	Сдача норм ГТО	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивная площадка	контроль
6.	12.10.2023	Сдача норм ГТО	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивная площадка	контроль

7.	19.10.2023	Сдача норм ГТО	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивная площадка	контроль
8.	26.10.2023	Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре (школьный этап: теория, практика)	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
9.	09.11.2023	Двигательные действия с элементами волейбола. Перемещение игрока. Комплекс упражнений с мячом.	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
10.	16.11.2023	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
11.	23.11.2023	Нападающий удар при встречных передачах. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
12.	30.11.2023	Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	контроль

13.	07.12.2023	Подготовка к районным соревнованиям по волейболу	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
14.	14.12.2023	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой.	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
15.	21.12.2023	Ведение мяча с обводкой стоек	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
16.	29.12.2023	Челночный бег, совершенствование комбинаций из техники передвижений.	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
17.	11.01.2024	Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой.	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
18.	18.01.2024	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий

19.	25.01.2024	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
20.	01.02.2024	Бросок двумя руками от головы в прыжке. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
21.	08.02.2024	Штрафной бросок. Бросок одной руками от плеча в прыжке. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
22.	15.02.2024	Бросок мяча двумя руками от головы в прыжке. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
23.	22.02.2024	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра 2х2, 3х3	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
24.	29.02.2024	Сочетание приемов передвижений и остановок. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
25.	07.03.2024	Бросок мяча одной рукой от плеча в прыжке. Учебная игра.	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий

26.	14.03.2024	Сочетание передач, ведения и бросков. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
27.	21.03.2024	Сочетание передач, ведения и бросков. Учебная игра	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
28.	04.04.2024	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4х4	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
29.	11.04.2024	Муниципальный этап «Президентские состязания»	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	контроль
30.	18.04.2024	Муниципальный этап «Президентские спортивные игры»	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	контроль
31.	25.04.2024	Школьный турнир по баскетболу 3х3	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	контроль
32.	02.05.2024	Школьные соревнования, посвященные празднованию «Дню Победы»	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	контроль

33.	16.05.2024	Оздоровительная зарядка для учеников школы	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	текущий
34.	23.05.2024	Уровень физической подготовленности	2	15.10-16.40	практическое занятие	Спортивный зал	контроль

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Оборудование и инвентарь: волейбольные мячи, баскетбольные мячи, конусы, скакалки, гимнастические маты, фишки

Помещения и площадки для занятий:

- Спортивный зал МБОУ: Потаповская СОШ
- Спортивная площадка МБОУ: Потаповская СОШ
- Тренажерный зал МБОУ: Потаповская СОШ

Кадровое обеспечение: 2 учителя физической культуры

3.2 Формы контроля и аттестации

Этапный контроль позволяет оценить этапное состояние занимающихся, являющееся следствием долговременного тренировочного эффекта.

Текущий контроль направлен на оценку текущих состояний, т.е. тех состояний, которые являются следствием нагрузок занятия, серий занятий.

Оперативный контроль предусматривает оценку оперативных состояний – срочных реакций организма на нагрузки в ходе отдельных занятий и соревнований.

В зависимости от количества частных задач, объема показателей, включенных в программу обследований, различают углубленный, избирательный и локальный контроль.

Углубленный контроль связан с использованием широкого круга показателей, позволяющих дать всестороннюю оценку подготовленности и качества учебного процесса на каком-либо этапе.

Избирательный контроль проводится при помощи группы показателей, позволяющих оценить какую-либо из сторон подготовленности или работоспособности, учебного процесса.

Локальный контроль основан на использовании одного или нескольких показателей, позволяющих оценить относительно узкие стороны двигательной функции, возможностей отдельных функциональных систем и т.д.

Индивидуальные и групповые формы контроля.

Индивидуальные формы контроля применяются при оценке результатов освоения техники изучаемых двигательных действий; при оценке уровня физической подготовленности, при оценке знаний в форме устных вопросов и т.п.

Групповые формы оценки позволяют оценить общие тенденции в состоянии объектов контроля, характерные для потока, класса, группы. Чаще всего используются при организации письменных опросов, анкетировании учащихся и т.д.

3.3 Планируемые результаты

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы общего образования Федерального государственного образовательного стандарта обучение направлено на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные:

- 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.

Метапредметные (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД)

- 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;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее 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.

Предметные:

- 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- 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;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- 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.

IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

3.1 Методическое сопровождение программы

Современное образование развивается в режиме инновационного поиска, вызывающего изменения различных компонентов деятельности специалистов. В этой связи особое значение приобретает усиление непрерывного характера обучения и профессионального совершенствования педагога как условия его активной адаптации к новым моделям деятельности, повышения уровня подготовленности к решению профессиональных задач и повышения качества результатов образовательного процесса в целом.

3.2 Методические рекомендации по организации образовательного процесса

Создание условий для успешной социализации детей на различных этапах их возрастного развития, определенных ФГОС, отслеживание личностного прогресса обучающихся, выявление проблем преемственности между дошкольным и начальным уровнями образования являются важными задачами современной образовательной политики. Ведущими критериями оценки педагогического процесса является готовность каждого специалиста к созданию следующих условий:

- для становления личности ребёнка как субъекта социальной жизни и создания педагогически целесообразной среды;
- для реализации целей образовательного процесса;
- для соблюдения прав и обязанностей ребёнка в социуме.

3.3 Условия успешной реализации программы

Стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении года), результаты участия в соревнованиях.

3.4 Воспитательная работа

Воспитательная работа как центральная тема педагогики развития и теории и методики воспитания раскрывает возможность организации педагогом воспитания как педагогического процесса и вида педагогической деятельности в структуре выполнения профессионально-педагогических обязанностей и трудовых функций. Специфика постановки проблемы организации воспитательной работы в образовательной организации непосредственно связана с выделением ориентиров и условий формирования опыта социальных

отношений, конструкты которого определяются в системе ценностей и ценностных ориентациях, компетенциях и компетентности, мировоззрении и самооценке, мотивации деятельности и способах решения задач развития и саморазвития, социализации и самореализации, самоутверждения и самоактуализации.

Результат воспитательного воздействия зависит от ясного представления цели, задач и итогов деятельности, как учителем, так и учащимися на каждом уроке. Именно ясное представление того, каких задач нужно добиться на конкретном уроке, является одним из главных мотивов деятельности учеников.

Большое воспитательное воздействие оказывает среда. Воздействие окружающей среды тем сильнее, чем меньше возраст и жизненный опыт человека. Для детей непосредственным раздражителем окружающей среды является: внешний вид учителя, его отношение к детям, уровень его профессионального мастерства; внешний вид спортивного зала, снарядов, оборудования, инвентаря; состояние раздевалок; внешний вид занимающихся на уроке и т.д., то есть вся школьная атмосфера, в которой осуществляется физическое воспитание.

При подведении итогов урока необходимо отмечать не только самого сильного, ловкого и выносливого, но и самого настойчивого, трудолюбивого и смелого. Убеждение в необходимости выполнения упражнения для развития силы, выносливости и т.д., сформированное в младшем школьном возрасте, позволит в средних и старших классах сохранить привычку их выполнения для совершенствования физических и морально-волевых качеств.

Выполнение на уроке упражнений, связанных с проявлением чувства робости, неуверенности в своих силах способствует воспитанию самообладания, правильной оценке своих сил, уверенности, чувства собственного достоинства. Обучая подобным упражнениям, учителю нужно объяснить детям, что проявление страха и неуверенности естественно, но именно с помощью этих знаний каждый ученик может и должен воспитать в себе смелость, решительность, самообладание.

Для достижения результатов воспитательного воздействия важно измерять не только уровень развития физических, но и морально-волевых качеств. Прирост личностных качеств можно измерить путем использования следующих приемов: увеличение высоты прыжкового снаряда; увеличение расстояния между снарядом и мостиком в опорных прыжках; установка на более далекое приземление в опорном прыжке; выполнение упражнений на полной опоре и т.д.

V. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абаскалова, Н. П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе “школа-вуз” [Текст] / Н. П. Абаскалова. -: автореф. докт. дис., Барнаул, 2013.
2. Агаджанян, Н. А. Адаптация и резервы организма. [Текст] / Н. А. Агаджанян. М.: ФК и С., 2011.
3. Амосов, Н. М. Раздумье о здоровье. [Текст] / Н. М. Амосов. М.: ФК и С, перераб., доп. изд-е, 2011.
4. Айзман, Р. Ц. Здоровье населения России: медико-социальные и психолого-педагогические аспекты его формирования [Текст] / Р. Ц. Айзман. М.: 2013.
5. Баладанов, О. Ю., Козловский, И. З., Бахтинов, О. П. Актуальные проблемы сохранения, укрепления и приумножения здоровья школьников. [Текст] / О. Ю. Баладанов, И. З. Козловский, О. П. Бахтинов // Проблемы здоровья человека. — Ставрополь: Изд-во СГУ, 2012.
6. Физическая культура, 5-7 классы/ Петрова Т.В., Копылов Ю. А., Полянская Н.В., Петров С.С., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
7. Физическая культура, 6-7 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
8. Физическая культура, 5-7 классы/ Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово - учебник»
9. Физическая культура: 8-9-е классы: учебник, 8-9 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
10. Физическая культура, 5-7 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
11. Физическая культура, 8-9 классы/ Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово - учебник»