

Управление образования администрации муниципального образования
«Черняховский муниципальный округ Калининградской области»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 5 имени дважды Героя Советского Союза Ивана
Даниловича Черняховского»
(МАОУ «СОШ № 5 им. И. Д. Черняховского»)

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» июня 2024г.
Протокол № 10

Утверждаю
Директор МАОУ «СОШ № 5
им. И.Д.Черняховского»
_____ А.В. Галдукевич
«__» _____ 2024г.

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

Возраст обучающихся: 7-8 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Составитель:
Путятина Светлана Григорьевна,
учитель физической культуры,
г. Черняховск

г. Черняховск, 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» (далее – Программа) предназначена для обучения основам физической подготовки, направлена на всестороннее развитие личности, широкое овладение физической культурой с целью укрепления здоровья и закалывания занимающихся; приобретение инструкторских навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой; формирование моральных и волевых качеств.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея программы — создание современной практико-ориентированной образовательной среды, позволяющей развивать физические качества обучающихся: силу, быстроту, выносливость, ловкость; обучать их разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических упражнений.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Ключевые понятия:

Акробатика - разновидность гимнастики, включающая в себя упражнения на ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку.

Акробатическая комбинация - это последовательно связанное выполнение акробатических упражнений.

ОРУ (общеразвивающие упражнения) – называются доступные занимающимся, несложные в техническом отношении движения телом и его частями, выполняемые с целью оздоровления, воспитания физических качеств, а также спортивной разминки.

Многоскоки – прыжки, которые выполняются попеременно с одной ноги на другую.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность образовательной программы

Актуальность образовательной программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Педагогическая целесообразность Программы заключается в том, что занятия по ней позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми знаниями во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение раздела «Общая физическая подготовка», в школьной программе недостаточно.

Реализация Программы способствует комплексному решению задач сохранения и укрепления здоровья обучающихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детского организма: улучшению функционального состояния организма; повышению физической и умственной работоспособности; снижению заболеваемости.

Практическая значимость образовательной программы

Общая физическая подготовка способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основой (базой) для специальной подготовки и достижения высоких результатов в избранной сфере деятельности или виде спорта.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы

Отличительные особенности программы заключаются в том, что программа по общей физической подготовке разработана с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Включено большое количество подвижных игр, что способствует укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Цель образовательной программы.

Цель дополнительной общеразвивающей программы: всестороннее физическое развитие детей, способствующее совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Задачи образовательной программы.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы:

Образовательные:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- знакомство с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- знакомство с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;

Развивающие:

- повышение уровня физической подготовленности;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству;
- развитие чувства команды;
- развитие воображения, мышления, памяти, умения концентрировать внимание.

Воспитательные:

- формирование представлений об общечеловеческих, нравственных ценностях;
- формирование умения работать в команде;
- воспитание социально активной личности, готовой к трудовой деятельности в будущем;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 7 - 8 лет. Набор детей в объединение – свободный.

Особенности организации образовательного процесса

Программа реализуется в рамках проекта «Губернаторская программа «УМная ПРОдленка» и является бесплатной для обучающихся. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми.

Группа формируется из числа учащихся 1-2-х классов МАОУ «СОШ № 5 им. И.Д. Черняховского». Наполняемость учебных групп составляет от 10 до 25 человек.

Зачисление обучающихся в группы общей физической подготовки будет осуществляться по желанию обучающихся при наличии медицинской справки.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа

Основные методы обучения

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные - рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные - показ новых игр, упражнений, демонстрация иллюстративного материала;

- практические - апробирование новых игр, упражнений: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Организация работы - групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Планируемые результаты.

Образовательные:

- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях различными упражнениями и правила его предупреждения.

Развивающие:

- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Воспитывающие:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств; дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом – это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;

- спортивные эстафеты;
- спортивные праздники «А, ну-ка, парни», «А, ну-ка, девочки»;
- открытое занятие;
- соревнования;
- «День здоровья».
- Спортивный праздник «Мама, папа я – дружная семья!»

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.

Материально-технические условия (обеспечение):

- Наличие спортивного зала;
- Наличие спортивного инвентаря.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе являются секционные, практические занятия и соревнования. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- Скамейка гимнастическая жёсткая
- Маты гимнастические
- Мяч набивной (1 кг)
- Мяч малый (теннисный)
- Скакалки гимнастические
- Стенка гимнастическая
- Мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные)
- Щиты с баскетбольными кольцами
- Стойки волейбольные
- Сетка волейбольная
- Конусы
- Кегли

Кадровое.

Педагог, владеющий следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает специальным спортивным-педагогическим образованием;
- хорошо знает технические особенности при выполнении заданных упражнений, владеет методикой преподавания;
- владеет навыками и приёмами организации спортивных занятий;
- знает физиологию и психологию детского возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и к программе;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности учащихся;
- умеет видеть и раскрывать творческие способности учащихся;
- систематически повышает уровень своего педагогического мастерства и уровень квалификации по специальности.

Для успешной реализации данной программы необходима заинтересованная и профессиональная работа.

Оценочные и методические материалы.

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

Формы контроля освоения образовательной программы

- Текущий: наблюдение, тестирование.

- Итоговый: соревнования.

Контрольные испытания:

1. Бег 30, 60 м на скорость. Упражнение выполняется в парах на беговой дорожке с низкого старта.

2.1. 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.

2.2. Отжимания. Выполняется без учета времени. Руки на ширине плеч. Сгибание происходит до прикосновения с кубиком.

3.1. Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.

3.2. Прыжок в длину с разбега. Выполняется разбег 8-10 шагов и отталкивание от планки. Из трех попыток учитывается лучший результат.

3.3. Многоскоки – прыжки, которые выполняются попеременно с одной ноги на другую. Всего 8 прыжков.

4. Кросс 3 км. Бег выполняется в группе без учета времени.

5. Акробатическая комбинация. Выполняется на гимнастических матах. Кувырок, стойка на лопатках, ласточка, мост, кувырок назад.

6. Подвижные игры. Выбор подвижной игры и самостоятельное ее проведение.

7. Спортивные игры. Ведение баскетбольного, футбольного мяча. Передача мяча в парах. Бросок в баскетбольное кольцо, удар по воротам, бросок мяча через сетку.

Методическое обеспечение

Большое значение имеет оформление зала: учебно-наглядные пособия, плакаты, с изображениями известных спортсменов, благотворно влияют на детскую психику, стимулируют желание заниматься, облегчают усвоение учебного материала, выполняют образовательно-воспитательную функцию. В зале желательно использование аудиоаппаратуры.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(72 часа, 2 часа в неделю)

Раздел №1. Знания о физической культуре. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью. (3 часа)

✓ Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Разучивание считалок для выбора ведущего. ТБ при проведении подвижных игр.

История возникновения игр с мячом.

- ✓ Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Знакомство с правилами проведения эстафет.

Раздел №2. Легкая атлетика. (30 часов)

- ✓ Челночный бег
- ✓ Бег 30 метров
- ✓ Прыжки в длину с места
- ✓ Прыжки в длину с разбега
- ✓ Метание мяча в цель
- ✓ Метание мяча на дальность
- ✓ Бег 500 метров

Раздел №3. Подвижные и спортивные игры (25 часов)

Игры с бегом

- ✓ Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры «Фигуры», «Медведь и пчелы», «Второй лишний», «Кот и мышь».
- ✓ Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры «У медведя во бору», «Краски», «Белые медведи», «Успей перебежать».
- ✓ Комплекс упражнений с предметами. Игры «Салки», «Удержи обруч», «Пустое место», «Лягушка».
- ✓ Комплекс упражнений в кругу. Игры «Отгадай чей голос?», «Караси и Щуки», «Гуси – лебеди», «Ловушки с приседаниями».

Игры с мячом

- ✓ Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игры «Мяч по полу», «Гусеница», «Перестрелка»
- ✓ Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игры «Метко в цель», «Бегуны и метатели».
- ✓ Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игры «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей».
- ✓ Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игры «Мяч соседу», «Подвижная цель».
- ✓ Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игры «Охотники и утки», «Передал садись».

Игра с прыжками

- ✓ Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игры «Прыгающие воробышки», «Петушинные бои», «Кенгуру».
- ✓ Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игры «Удочка», «Лягушата и цапля».
- ✓ Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- ✓ Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности

- ✓ Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игры «Красный, зелёный», «Альпинисты», «Кто быстрее встанет в круг».
- ✓ Комплекс упражнений с мешочками. Игры «Разведчики», «Поезд», «Построение в шеренгу», «Карлики, великаны».

- ✓ Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игры «Летает – не летает», «Копна – тропинка – кочки».

Эстафеты

- ✓ Беговая эстафета
- ✓ Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- ✓ Весёлые старты «А, ну-ка мальчики», «А, ну-ка, девочки»
- ✓ Эстафета «Вызов номеров»
- ✓ Эстафеты с прыжками
- ✓ Спортивные эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий
- ✓ ГТО

Раздел №4. Гимнастика с основами акробатики (14 часов)

- ✓ Общеразвивающие упражнения. Без предметов (для туловища, ног, для всего тела)
- ✓ Упражнения на снарядах (на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке)
- ✓ Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса
- ✓ Упражнения для развития силы мышц рук
- ✓ Упражнения для развития мышц брюшного пресса
- ✓ Упражнения для развития мышц спины
- ✓ Упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава
- ✓ Упражнения для развития выносливости
- ✓ Упражнения на гибкость и подвижности в суставах
- ✓ Упражнения для развития координации
- ✓ Прыжки на скакалке
- ✓ Подтягивания на верхней и нижней перекладине
- ✓ Отжимание в упоре лежа
- ✓ Комплекс акробатической комбинации

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
Раздел №1. Знания о физической культуре. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью						
1-3	Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Разучивание считалок для выбора ведущего. ТБ при проведении подвижных игр. История возникновения игр с мячом. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.	3	1	2		Устный опрос, рефлексия

	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Знакомство с правилами проведения эстафет					
Раздел №2 Легкая атлетика. (30 часов)						
4-7	Челночный бег	4		4		Устный опрос, рефлексия
7-11	Бег 30 метров	4		4		
12-15	Прыжки в длину с места	4		4		
16-19	Прыжки в длину с разбега	4		4		
20-23	Метание мяча в цель	4		4		
24-27	Метание мяча на дальность	4		4		
28-33	Бег 500 метров	6		6		
Раздел №3 Подвижные и спортивные игры (25 часов)						
Игры с бегом						
34	Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры «Фигуры», «Медведь и пчелы», «Второй лишний», «Кот и мышь».	1		1		Устный опрос, рефлексия
35	Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры «У медведя во бору», «Краски», «Белые медведи», « Успей перебежать».	1		1		
36	Комплекс упражнений с предметами. Игры «Салки», «Удержи обруч», «Пустое место», «Лягушка».	1		1		
37	Комплекс упражнений в круге. Игры «Отгадай чей голос?», «Караси и Щуки», «Гуси – лебеди», «Ловушки с приседаниями».	1		1		
Игры с мячом						
38	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с	1		1		Устный опрос, рефлексия

	мячом «Мячик». Игры «Мяч по полу», «Гусеница», «Перестрелка»					
39	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игры «Метко в цель», «Бегуны и метатели».	1		1		
40	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игры «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей».	1		1		
41	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игры «Мяч соседу», «Подвижная цель».	1		1		
42	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игры «Охотники и утки», «Передал садись».	1		1		
Игра с прыжками						
43	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игры «Прыгающие воробышки», «Петушьи бои», «Кенгуру».	1		1		Устный опрос, рефлексия
44	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игры «Удочка», «Лягушата и цапля».	1		1		
45	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1		1		
46	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1		1		
Игры малой подвижности						

47	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игры «Красный, зелёный», «Альпинисты», «Кто быстрее встанет в круг».	1		1		Устный опрос, рефлексия
48	Комплекс упражнений с мешочками. Игры «Разведчики», «Поезд», «Построение в шеренгу», «Карлики, великаны».	1		1		
49	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игры «Летает – не летает», «Копна – тропинка – кочки».	1		1		
Эстафеты						
50	Беговая эстафета	1		1		Устный опрос, рефлексия
51	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1		1		
52-53	Весёлые старты « А, ну-ка мальчики», « А, ну-ка, девочки»	2		2		
54	Эстафета «Вызов номеров»	1		1		
55	Эстафеты с прыжками	1		1		
56	Спортивные эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий	1		1		
57-58	ГТО	2		2		
Раздел №4 Гимнастика с основами акробатики (14 часов)						
59	Общеразвивающие упражнения. Без предметов (для туловища, ног, для всего тела)	1		1		Устный опрос, рефлексия
60	Упражнения на снарядах (на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке)	1		1		
61	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса	1		1		
62	Упражнения для развития силы мышц	1		1		

	рук				
63	Упражнения для развития мышц брюшного пресса	1		1	
64	Упражнения для развития мышц спины	1		1	
65	Упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава	1		1	
66	Упражнения для развития выносливости	1		1	
67	Упражнения на гибкость и подвижности в суставах	1		1	
68	Упражнения для развития координации	1		1	
69	Прыжки на скакалке	1		1	
70	Подтягивания на верхней и нижней перекладине Отжимание в упоре лежа	1		1	
71-72	Комплекс акробатической комбинации	2		2	
	Всего	72	1	71	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Общая физическая подготовка»
1	Начало учебного года	2 сентября
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5	Количество часов	72 часа
6	Окончание учебного года	31 мая
7	Период реализации программы	02.09.2024 - 31.05.2025

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;

- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование.	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль

7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога дополнительного образования:

8. Баландин Г.А., Назарова Н.Н., Казакова Т.Н. Урок физкультуры в современной школе. Баскетбол, Советский спорт, М., 2004.

9. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 109 с., ил. – (Физкультура и здоровье).
10. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод. пособие и программа.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-208с.- (Б-ка учителя начальной школы).
11. Громова О.Е. Спортивные игры для детей – М.:ТЦ Сфера, 2002. – 128с.
12. Гуревич И.О. 300 соревновательно-игровых занятий по физическому воспитанию практ. Пособие. – 2е изд. – Мн.: Выш.шк., 1994 – 319с.
13. Катыгинский С.Н. Долганские национальные игры: пособие для учителя. – СПб.: филиал изд-ва «Просвещение», 2001.-40с.
14. Козырева О. В.Лечебная физкультура для дошкольников. – М.: Просвещение, 2003.-112с.
15. Красикова И.С, Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 2-е изд. – СПб.: КОРОНА принт., 2003. – 176 с.: ил.
16. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. – СПб: Издательский центр «Учитель и ученик», 2002. – 128 с.: ил.
17. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений /С.Н.Попов, Н.М. Валеев, Т.С.Гарасева и др.; Под ред. С.Н.Попова.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.- 416 с.
18. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»- М.:ТЦ Сфера, 2003. - 144с.
19. Физическая культура. Система работы с учащимися специальных медицинских групп: рекомендации, планирование, программы/авт.-сост. А.Н.Каинов, И.Ю. Шалаева - Волгоград: Учитель, 2009. - 185 с.
20. Янсон Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии, Феникс, Ростов-на-Дону, 2000
Для обучающихся и родителей:
21. Детские подвижные игры. / Сост. В.И.Гришков. – Новосибирск: Новосибирское книжное издательство, 1992. – 96 с.
22. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник. – Ростов н/д: Феникс, 2004. – 448с.
23. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994. – 288 с., ил. + цв. приложения, 32 с.
Интернет ресурсы:
24. Сайт учителя физической культуры. Планирование уроков физической культуры. Форум учителей. [http:// www.trainer.hl.ru](http://www.trainer.hl.ru)
25. Сообщество учителей физической культуры. Библиотека документов: [http://it – n.ru/cjmmuniities. Aspх](http://it-n.ru/cjmmuniities.Aspх).
26. Сайт Мега Талант: <https://mega-talant.com/biblioteka/programma-kruzhka-pofp84619.html>.
27. Социальная сеть работников образования:

<https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoeobrazovanie/library/2012/10/20/programma-dlya-sektsii-ofp>

28. Ведущий образовательный портал России Инфоурок:

<https://infourok.ru/obrazovatel'naya-programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-obshchayafizicheskaya-podgotovka-s-uchyotom-programmnogo-materiala-2732484.htm>