

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЧУГУЕВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 9» с. Каменка Чугуевского района
Приморского края

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
от « 25 » августа 2023 г.
Протокол № 8



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ СОШ № 9 с. Каменка
_____ Е. А. Лосяк
« 25 » августа 2023 г.
Приказ МКОУ СОШ № 9 с. Каменка от
25.08.2023 г. № 202 – А

«ВЕСЁЛЫЙ МЯЧ»

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

Возраст учащихся: 7-10 лет
Срок реализации программы: 1 год

Крутик Юлия Андреевна,
педагог дополнительного образования

с. Каменка
2023

Раздел № 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Веселый мяч» (далее – программа) обусловлена интересом детей к игровой деятельности. Игра — это сознательная деятельность, направленная на достижение условно поставленной цели посредством активных действий: бега, прыжков, метания различных предметов, преодоления сопротивления соперника и др. Игровая деятельность очень многообразна: детские игры с игрушками, настольные игры, хороводные игры, игры подвижные, игры спортивные. Подвижные игры — игры, связанные с движением, быстрым перемещением игроков. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми, что является весьма актуальным на сегодняшний день.

Реализация внеурочной деятельности физкультурно-спортивной направленности – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

В процессе тренировок и игр с мячом у занимающихся, совершенствуется функциональная деятельность, обеспечивается правильное физическое развитие. Формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом – благодатная почва для развития двигательных качеств.

Уровень освоения программы – базовый.

Данная программа усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Отличительная особенность программы заключается в том, что у обучающихся при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества. Программа заключается в использовании игровых технологий, что является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебно-воспитательного процесса. Остаётся сохранение и укрепление здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы. Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами,

предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Хотелось бы обратить особое внимание на воспитание полезных привычек как альтернативы вредным привычкам и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Не нужно делать большой акцент на сами вредные привычки. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающему воздействию, поэтому целесообразно использовать школу для обучения детей здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками, которые входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой.

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе.

Адресат программы: программа составлена с учетом возрастных особенностей и уровня подготовленности учащихся 7-10 лет (младший школьный возраст).

Условия набора

Набор детей для занятий по программе осуществляется в начале учебного года. Принимаются все желающие, не имеющих противопоказаний к занятиям физкультурой, с учётом рекомендаций медиков и желания родителей.

Учебная группа формируется из обучающихся разных возрастных категорий (разновозрастная группа).

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

Занятия проводятся в спортивном зале школы, на спортивной площадке. В зависимости от погодных условий.

Количество учащихся

Наполняемость групп: 10- 15 человек

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, общее количество часов – 68.

Формы занятий:

Форма обучения – очная.

Основной формой является **комбинированное занятие**. Занятия сочетают в себе теоретическую и практическую части. Практическая деятельность детей на занятиях преобладает над теорией.

Виды деятельности: игровая, соревновательная.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы:

Развитие физического здоровья детей 7-10 лет через подвижную игровую деятельность.

Задачи программы:

Воспитательные:

1. Воспитывать привычку к здоровому образу жизни.
2. Воспитывать у детей нравственно волевые качества: целеустремленность, выдержку, смелость, силу воли.
3. Воспитывать у юных спортсменов чувство ответственности за свои действия перед коллективом.

Развивающие:

1. Развивать умения ориентироваться в пространстве.
2. Развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультминутками, закаливанию.
3. Развивать у детей такие физические качества, как ловкость, быстрота, координация, глазомер, мышечная сила, сила воли.

Обучающие:

1. Обучать детей основным элементами волейбола, баскетбола, футбола и др.
2. Сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений».
3. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирование здорового образа жизни.

**1.3 Содержание программы
Учебный план 1 года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	4	2	2	
1.1	Вводное занятие. Набор детей. Комплектование групп.	2	1	1	собеседован
1.2	Вводное занятие. Техника безопасности. Инструктаж.	2	1	1	беседа
2	Игры и упражнения с мячом	20	2	18	
2.1	Игры с мячом.	9	1	8	игра
2.2	Упражнения с мячом	11	1	10	наблюдение
3	Легкая атлетика	23	3	20	
3.1.	Ходьба и бег.	7	1	6	наблюдение

3.2.	Метание мяча.	6	1	5	наблюдение
3.3.	Игры с прыжками.	10	1	9	игровые задания
4	Специальная физическая подготовка	21	7	14	
4.1.	Гимнастика для глаз.	3	1	2	игровые задания
4.2.	Дыхательная гимнастика	3	1	2	игровые задания
4.3.	Формирование навыка правильной осанки.	3	1	2	игровые задания
4.4.	Развитие гибкости.	3	1	2	тест
4.5.	Упражнение в равновесии.	3	1	2	игровые задания
4.6.	Повышение тонуса и укрепление мышц свода стопы и мышц голени.	3	1	2	игровые задания
4.7.	Пальчиковая гимнастика. Суставная гимнастика.	3	1	2	игровые задания
	ИТОГО	68	14	54	

Содержание учебного плана

1. Раздел: Введение

1.1. Тема: Вводное занятие. Набор детей, комплектование группы.

Теория. Беседа о занятии в группе.

1.2. Тема: Вводное занятие. Техника безопасности. Инструктаж

Теория. Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования.

Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.

Важнейшими факторами влияющими на здоровье являются образ жизни, питание, оздоровительная гимнастика, экология. Беседа: «О профилактике простудных заболеваний»

Развитая мышечная система – свидетельство хорошего состояния здоровья человека. Закаливание организма.

Практика. Участие в собеседовании. Знакомство обучающихся.

Достижение психологического и эмоционального комфорта в группе.

2. Раздел: Игры и упражнения с мячом.

2.1. Тема: Игры с мячом.

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практика. Совершенствование координации движений. Перекаты мяча.

Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».

Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».

Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».

Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

2.2. Тема: Упражнения с мячом.

Теория. «Какие бывают мячи» с использованием наглядности.

Практика. Катание мячей по прямой, катание мячей между предметов двумя руками. Упражнения: «Подбрось и поймай», вращение мяча между ладоней. Бросание мяча вверх, ловля его обеими руками на месте. Передача малого мяча из одной руки в другую броском.

3. Раздел: Легкая атлетика.

3.1. Тема: Ходьба и бег.

Теория. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности. История развития легкоатлетического спорта. Возникновение легкоатлетических упражнений.

Практика. Тренировка в отдельных видах легкой атлетики. Различные виды ходьбы. Бег: низкий старт с последующим ускорением, челночный бег «3 x 10м», бег с изменением темпа. Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой

интенсивностью, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или уменьшающимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 200 м; равномерный «5-минутный бег».

3.2. Тема: Метание мяча.

Теория. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью.

Практика. Метание малого мяча на дальность способом «из-за головы».

3.3. Тема: Игры с прыжками.

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практика. Прыжки: на месте и с поворотом на 90 и 100 градусов, по разметкам, через препятствия; в длину с места. Подвижные игры.

Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».

Игра «Лягушата и цапля».

Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».

Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли»

4. Раздел: Специальная физическая подготовка

4.1. Тема: Гимнастика для глаз.

Теория. О гигиене зрения, близорукость, дальнозоркость. Профилактика близорукости.

Практика. Комплексы упражнений для профилактики близорукости. Игры.

4.2. Тема: Дыхательная гимнастика.

Теория. Беседа об органах дыхания. Правила дыхания при выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе, беге, прыжках.

Практика. Комплексы дыхательной гимнастики. Игры.

4.3. Тема: Формирование навыка правильной осанки.

Теория. Что такое осанка? Что влияет на формирование осанки? Краткие сведения из анатомии; рассказ о позвоночнике и его функциях, профилактика нарушений осанки.

Практика. Разучивание исходных положений. Создание мышечного «корсета» за счет развития мышц разгибателей спины, мышц брюшного пресса и косых мышц живота. Упражнения на формирование хорошей осанки. Упражнения на развитие «мышечно-суставного чувства» (упражнения у вертикальной стены, стоя перед зеркалом). Комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Игры.

4.4. Тема: Развитие гибкости.

Теория. Физическое качество – гибкость.

Практика. Комплексы упражнений на развитие гибкости. Тест «Гибкий ли я?»

4.5. Тема: Упражнение в равновесии.

Теория. Техника безопасности.

Практика. Ходьба по гимнастической скамейке различными способами. Игры.

4.6. Тема: Повышение тонуса и укрепление мышц свода стопы и мышц голени.

Теория. О профилактике плоскостопия. БАТ (биологически активные точки) на стопе.

Практика. Упражнения для укрепления мышц стопы. Комплексы упражнений в различных И.П., в движении, игрового характера. Упражнения с применением предметов: с гимнастической палкой, с мячами, со скакалкой, с мелкими предметами (карандаши, платочки) и т.д. Игры.

4.7. Тема: Пальчиковая гимнастика. Суставная гимнастика.

Теория. Мелкая моторика. «Наш ум на кончиках пальцев».

Практика. Упражнения на развитие мелкой моторики. Массаж пальцев. Гимнастика для суставов. Игры.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты:

Обучающийся будет:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

У обучающегося будет:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты:

Обучающийся будет знать:

- характеристику явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- оценку красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- организацию самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.

Обучающийся приобретёт:

- навык обнаружения ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- анализ и объективную оценку результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметные результаты:

Обучающийся будет знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

Обучающийся будет уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Обучающийся будет владеть:

- выполнением технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнением жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

РАЗДЕЛ № 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал.
- музыкальный центр, ноутбук, мультимедиа.
- маты гимнастические – 6 шт.;
- мячи футбольные;
- мячи волейбольные и баскетбольные;
- мяч резиновый – 15 шт.
- гимнастическая скамейка – 2 шт.
- гимнастическая стена – 1 шт.
- конусы – 10 шт.
- дуги- 4 шт.
- стойки – 2 шт.
- обручи – 5 шт.
- ворота – 2 шт.
- кегли – 10 шт.
- флажки – 3 шт. (разных цветов).

2. Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Наглядные пособия:

- дидактические картинки «Спорт» с изображением вида спорта и подробным описанием возникновения спортивных игр.
- карточки с изображением исходных положений.
- карточки - схемы построений (в круг, в два круга, в колонну и в рассыпную).

Аудио- , видеоматериалы:

- классические музыкальные произведения (П.И. Чайковский, М.И. Глинка и др.);
- музыкальные произведения и видеофильмы, посвященные патриотической тематике;
- детские музыкальные произведения (песни).

Интернет-ресурсы:

Видео уроки по футбольным упражнениям.

<https://www.youtube.com/watch?v=BGvE0YMrIEk>.

Игры с мячом // Детские игры.

<https://www.youtube.com/watch?v=US7D13m4z7A>

Комплекс упражнений с мячом для начальной школы.

<https://www.youtube.com/watch?v=Q9h9Yfc1tqc>

Мячи. Спортивные игры с мячом.

<http://www.youtube.com/channel/UCrFmp...>

Подвижная игра «Мяч с топотом»

<https://www.youtube.com/watch?v=j72xVQvNpAs>.

Нормативно-правовая база:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 2073-ФЗ «Об образовании в РФ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09–3242 «О направлении информации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устав муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 9» с. Каменка Чугуевского района Приморского края.

Список литературы:

Для педагога

1. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей. – Ярославль: Гринго, 2018.
2. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. – М.: Просвещение, 2021.
3. Громомва О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: Творческий центр, 2019.
4. Гогун Н.Е., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта.-М.: – CADEMIA, 2020.
5. Чупаха И. В., Е. З. Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса,2019
6. Яковлев В.Г. Игры для детей. – М.: Физкультура и спорт, 2018.

Для учащихся

1. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей. – Ярославль: Гринго, 2018.
2. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. – М.: Просвещение, 2021.
3. Громомва О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: Творческий центр, 2019.

Кадровое обеспечение

Реализовывать программу может педагог, имеющий среднее специальное или высшее педагогическое образование, постоянно повышающий уровень профессионального мастерства, обладающий

достаточными знаниями и опытом практической деятельности в области спортивного образования младших школьников.

2.2. Оценочные материалы и формы аттестации

Для успешной реализации программы предлагается непрерывное и систематическое отслеживание результатов деятельности учащихся. Анализ реализации программы осуществляется сравнением начальных и итоговых результатов овладения детьми знаний и навыков. В течение всего года проводятся зачетные игры внутри группы. В конце года подводится итог участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Для оценки результативности учебных занятий, проводимых по программе, применяются следующие виды контроля:

Текущий контроль – осуществляется в конце каждого занятия для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания.

Итоговая аттестация – проводится в конце учебного года (май). Задачами контроля являются выявление динамики прироста индивидуальных показателей физической подготовки учащегося за данный период обучения. Форма контроля: собеседование, тестирование (сдача контрольных нормативов), анкетирование родителей.

При оценивании учебных достижений учащихся по программе используются нормативы ГТО 2-3 ступени.

При оценке качества реализации программы применяются следующие критерии:

- выносливость;
- быстрота;

-гибкость;

-ловкость.

Оценочные материалы программы разработаны с учетом требований к стартовому уровню освоения учебного материала и предусматривают отслеживание уровня начальных навыков овладения физической культуры.

Система оценки качества реализации образовательной программы

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы предполагает комплексный подход к оценке результатов, позволяющий вести оценку достижения обучающимися всех трех групп результатов: личностных, метапредметных и предметных.

1. Оценка личностных результатов представляет собой оценку достижения учащимися планируемых результатов в их личностном развитии. Основным объектом оценки личностных результатов служит сформированность УУД, включаемых в следующие три основных блока:
 - самоопределение – сформированность внутренней позиции учащегося – развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения;
 - смыслообразование – понимание границ того, «что я знаю», и того, «что я не знаю», «незнания» и стремление к преодолению этого разрыва;
 - морально-этическая ориентация – знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости.
2. Оценка метапредметных результатов представляет собой оценку достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы. Основным объектом оценки метапредметных результатов служит сформированность у учащихся регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, т.е. таких учебных действий, которые направлены на анализ своей познавательной активности и управление ею.

3. Объектом оценки предметных результатов служит способность учащихся решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи.

К концу года у детей должна наблюдаться положительная динамика физической подготовленности, умение работать в группах, соблюдать правила игры.

Способы проверки результативности:

Программа предусматривает следующие формы подведения итогов:

1. Личные достижения учащихся.
2. Спортивные соревнования.

Показателями качества воспитательной работы в объединении являются следующие критерии:

- уровень воспитанности обучающихся;
- микроклимат в детском объединении;
- взаимодействие с учителями, воспитателя группы продлённого дня, родителями.

Также объективными показателями влияния организованного педагогического процесса на личность учащихся будут качественные личностные изменения. Эти критерии исследуются методами опроса, педагогического наблюдения, беседы с родителями. А также самооценка себя ребенком.

Диагностика эффективности образовательного процесса

осуществляется с помощью методов тестирования, опроса, педагогического наблюдения, создания педагогических ситуаций.

В рамках этой методики можно проанализировать следующие показатели:

Мотивацию к образовательной деятельности.

Отношения в коллективе.

Уровень физической активности.

Организаторские способности учащихся.

Сформированность культурно-гигиенических навыков и др.

Показателем работы коллектива за год является наличие результатов: грамот, дипломов, сертификатов за участие в конкурсах, соревнованиях, фестивалях и т.д.

О результативности занятий, повышении уровня интеллекта можно судить, отслеживая изменения у детей следующих характеристик: восприятие, внимание, память, мышление и воображение, а также по изменениям сформированности личностных качеств.

Критерии оценки выполнения

Условные обозначения:

- 1 – низкий уровень;
- 2 – средний уровень;
- 3 – высокий уровень.

Высокий уровень – задание понимает полностью, правильно и самостоятельно выполняет.

Средний уровень – задание понимает частично (понимает и выполняет простую инструкцию не в полной мере), справляется при поддержке взрослого.

Низкий уровень – задание не понимает, и выполнить не может.

2.3 Методические материалы

В процессе освоения учебного материала используются

методы обучения:

- словесный -объяснение терминов, новых понятий;
- наглядный -показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов;
- практический -выполнение обучающимися практических заданий и упражнений;
- игровой –активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние обучающихся;
- объяснительно-иллюстративный;

- словесно-дидактический (рассказ, объяснение, беседа, описание);
- метод упражнений.

методы воспитания:

традиционный (убеждение, поощрение, пример);
неформально-личностный (пример личностно значимых людей, пример авторитетных людей, пример друзей и близких);
рефлексивный (индивидуальные переживания, самоанализ, осознание собственной ценности в реальной действительности).

для развития двигательных способностей используются методы:

стандартного упражнения;
переменного упражнения;
игровой и соревновательный

Программа основана на следующих принципах:

- гуманизации образования (необходимость бережного отношения к каждому ребенку как личности);
- от простого - к сложному (взаимосвязь и взаимообусловленность всех компонентов программы);
- единства индивидуального и коллективного (развитие индивидуальных черт и способностей личности в процессе коллективной деятельности, обеспечивающий слияние в одно целое различных индивидуальностей с полным сохранением свободы личности в процессе коллективных занятий);
- творческого самовыражения (реализация потребностей ребенка в самовыражении);
- психологической комфортности (создание на занятии доброжелательной атмосферы);
- индивидуальности (выбор способов, приемов, темпа обучения с учетом различия детей, уровнем их творческих способностей);
- наглядности (достижение задач при помощи показа упражнений);

- дифференцированного подхода (использование различных методов и приемов обучения, разных упражнений с учетом возраста, способностей детей);
- доступности и посильности (подача учебного материала соответственно возрастным особенностям учащихся).

Формы организации учебного занятия

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий. Для более качественного освоения предметного содержания занятия подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью:

-занятия образовательно-познавательной направленности знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее разученного учебного материала;

-занятия образовательно-предметной направленности используются для обучения практическому материалу разделов легкой атлетики, подвижных игр, спортивных игр;

-занятия образовательно-тренировочной направленности используются для преимущественного развития физических качеств и решения соответствующих задач на этих занятиях, формирования представления о физической подготовке и физических качествах, обучения способам регулирования физической нагрузки.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Реализация программы предполагает следующие формы организации образовательной деятельности:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- медико-воспитательные мероприятия;

- тестирование;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах.

Формы подведения итогов:

- соревнования;
- дружеские встречи.

Перечень дидактических материалов:

- 1) дидактические разработки педагога;
- 2) раздаточный материал, спортивный инвентарь;
- 3) тесты по изучаемым темам программы в печатном и электронном виде;
- 4) тематические мультимедийные презентации.
- 5) иллюстративный материал по изучаемым темам;
- 6) настольные игры.

2.4. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса		1 год
Продолжительность учебного года, неделя		34
Количество учебных дней		68
Продолжительность учебных периодов	1 полугодие	01.09.2023 31.12.2023
	2 полугодие	09.01.2024 26.05.2024
Возраст детей, лет		7-10
Продолжительность занятия, час		1
Режим занятия		2 раза/нед.
Годовая учебная нагрузка, час		68

2.5. Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия	Уровень	Сроки
1	Проведение практических (тактических) учений и инструктажей с обучающимися: - «Правила безопасности жизнедеятельности»; - «Правила поведения учащихся в школе»; - «Как вести себя при антитеррористическом акте»;	ТО	сентябрь

	- «Правила пожарной безопасности»; - «Правила поведения на дорогах»		
2	Беседы, экскурсии: «Безопасный путь домой»	ТО	сентябрь
3	Неделя физкультуры и спорта.	ТО	сентябрь
4	Презентация «Будьте всегда вежливы»	ТО	октябрь
5	Акция «Милосердие» (оказание посильной помощи пожилым людям)	ТО	октябрь
6	Акция «Истоки добра» (поздравление пожилых людей на дому).	ТО	октябрь
7	Весёлые старты для 1 – 4 классов.	ТО	ноябрь
8	Спортивно-развлекательная игра «Зов джунглей».	ТО	ноябрь
9	Мероприятие: «Пожелаем друг другу добра».	ТО	ноябрь
10	С днём рождения, Мячик! – спортивный праздник для детей и родителей.	ТО	декабрь
11	Беседы, экскурсии: «Безопасность на зимних дорогах».	ТО	декабрь
12	Акция «Кормушка для птиц»	ТО	декабрь
13	«Новогодний калейдоскоп» - мероприятия, посвященные встрече Нового года.	ТО	декабрь
14	Проведение практических (тактических) учений и инструктажей с обучающимися: - «Как вести себя при антитеррористическом акте»; - «Правила пожарной безопасности»; - «Правила безопасности жизнедеятельности»; - «Правила поведения учащихся в школе»; - «Правила поведения на дорогах»	ТО	январь
15	«Сильные, смелые, ловкие, умелые!» - спортивный праздник.	ТО	январь
16	Презентация: «День снятия блокады Ленинграда».	ТО	январь
17	Военно – спортивная игра «Зарница».	ТО	февраль
18	Турнир: «Вместе, мы сила».	ТО	февраль
19	Спортивная игра «Весёлые старты».	ТО	февраль
20	Фестиваль военно-патриотической песни «Поют солдаты».	ТО	февраль
21	Мероприятие: «Тепло материнского сердца».	ТО	март
22	«Моя спортивная семья» - развлекательная программа.	ТО	март
23	Спортивный праздник «Самая спортивная мама».	ТО	март
24	Мероприятие: «Покорение невесомости».	ТО	апрель
25	Акция «Забота», посвященная Международному	ТО	апрель

	дню памятников и исторических мест (уборка памятников села).		
26	«Мы со спортом дружим» - развлекательный конкурс.	ТО	апрель
27	Беседа: «Ваши родственники – участники Вов».	ТО	май
28	Мероприятие: «День Здоровья».	ТО	май
29	Экскурсия к Обелиску Славы «9 Мая – День Победы».	ТО	май
30	Акция «Дорога без опасностей!»	ТО	май

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ,

1. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей. – Ярославль: Гринго, 2018.
2. Гришин В.Г. Игры с мячом и ракеткой. – М.: Просвещение, 2021.
3. Громомва О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: Творческий центр, 2019.
4. Гогун Н.Е., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта.-М.: – САДЕМІА, 2020.
5. Чупаха И. В., Е. З. Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса,2019
6. Яковлев В.Г. Игры для детей. – М.: Физкультура и спорт, 2018.