

Министерство образования и науки Республики Адыгея
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №8» с.Большесидоровское

«Согласовано»:

Заместитель директора по
учебно-воспитательной работе

«__»____20__г.

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор_____

«__»____20__г.

Приказ №__от «__»____20__г.

Принят на заседании

Педагогического совета

Протокол №__

от «__»____20__г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
учебного объединения
Физкультурно-спортивной направленности
«ОФП»**

Направленность	Физкультурно-спортивная
Срок реализации программы	1 год
Вид программы	модифицированная
Уровень	стартовый
Возраст обучающихся	7-8 лет
Педагог дополнительного образования	Барыкина Татьяна Юрьевна

с.Большесидоровское, 2022г.

Содержание	стр
1. Раздел. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Учебный план	8
1.3 Содержание программы	10
2. Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	11
2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	12
2.2. Условия реализации программы	13
3. Тематическое планирование с мероприятиями из рабочей программы воспитания образовательной организации	14
3.1 Комплекс организационно - педагогических условий	14
3.2 Календарный план воспитательной работы	16
3.3 Оценка результативности реализации программы воспитания	17
Литература	17
Календарно тематическое планирование	

Раздел №1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП» составлена на основе следующих нормативных документов (Рук.: методическим сборником «Новые места дополнительного образования детей Санкт-петербург, 2021г):

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (с изменениями 30.09.2020);
3. Концепция развития дополнительного образования детей (от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями 02.02.2021. №38);
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21» Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (р. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 №298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Письмо Минобрнауки России от 27.06.2022г. №628 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)»);
8. Письмо Министерства образования и науки РФ №ВК-641/09 от 26.03.2016 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социальной-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей».

Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-

тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений, сдача нормативов ГТО и участие в спортивных соревнованиях. (Теоретические сведения сообщаются в процессе практических занятий). Содержание учебно-тренировочной работы в секции отвечает требованиям данной программы с учетом местных условий и индивидуальных особенностей школьников. Основой ОФП являются развитие физических качеств человека: быстрота, ловкость, сила, гибкость, выносливость. Занятия ОФП общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года.

Направленность (профиль) программы – физкультурно-спортивная, направлена на формирование и поддержание физического развития обучающихся.

Степень авторства: -модифицированная(на основе программы А.П.Матвеева, В.И.Лях)

Новизна

Состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение данного вида спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Актуальность программы

Приоритетными задачами программы являются формирование в сознании детей ценностного отношения к своему здоровью, развитие мотивации к познанию и творчеству учащихся, создание условий для развития, укрепление психического и физического здоровья. Которые решаются в следствии удовлетворения детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающих физическое, духовное и нравственное развитие учащихся. В наше время детский спорт и физкультура приобрели новое и весьма важное социальное значение, являясь пропагандой здорового образа жизни.

Педагогическая целесообразность программы

Проявляется в том, что в секции «О Ф П» особое внимание уделяется формированию личностных свойств характера обучающихся. Эти свойства, хотя и базируются на типе нервной системе, изменяются в физкультурно-спортивной направленности специально организованной деятельности. Их позитивная динамика определяется мотивацией обучающихся на здоровый образ жизни. Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе. В своей реализации программа ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений, но и становление его мотивационной сферы гигиенического поведения, реализации усвоенных знаний и представлений в поведении, помогает в решении задач здоровье сбережения.

Занятия физическими упражнениями развивают в учащихся такие качества, как выносливость, скорость и координацию. Занятия спортивными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе. Развитие

этих качеств, в свою очередь, способствует успешному выполнению учебных программ школьного образования.

Отличительные особенности данной образовательной программы:

- Программа состоит из трёх разделов: знания о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, способы спортивно-оздоровительной деятельности.
- В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов воспитанников, поддержание контактов с родителями, классными руководителями.
- Запланированы воспитательные задачи: приучение к сознательной дисциплине, воспитывать такие качества, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе.

Сроки реализации программы

В реализации данной программы участвуют дети 7-8 лет

Режим занятий:

1 год обучения - 72 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа каждой группой.

Наполняемость группы - 15 человек.

По форме реализации – используются групповые занятия, а также занятие в парах.

По способу реализации – учебная, учебно-тренировочная, модельная, соревнования.

Цель: укрепление здоровья учащихся, развитие знаний, двигательных умений и навыков, повышение физической подготовленности детей при одновременном развитии их умственных способностей, формирование стремления к здоровому образу жизни, подготовка юных спортсменов для реализации своих достижений в соревновательной деятельности

Задачи:

1 год обучения

Обучающие:

- Обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом;
- Формирование знаний об основах физкультурной деятельности;
- Обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)
- Обучение игровой и соревновательной деятельности;
- Формирование навыков и умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения, формирование правильной осанки и культуры движений;

Развивающие:

- Совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости;
- Формирование и совершенствование двигательной активности учащихся;
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях;
- Развитие инициативы и творчества учащихся;
- Развитие умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;
- Овладение новыми движениями с повышенной координационной сложностью.

Воспитательные:

- Воспитать целеустремленность и ответственность за свои действия;
- Воспитать умение работать в группе, команде;
- Воспитать психологическую устойчивость;
- Воспитание и развитие силы воли, стремления к победе;
- Воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов

Формы подведения итогов:

Стартовый (сентябрь):

- тестирование физических качеств;
- диагностика физического развития.

Текущий (в течение года):

- контроль учета посещаемости занятий;
- проведение мониторинга заболеваемости обучающихся.

Промежуточный (январь):

- тестирование физических качеств;
- диагностика физического развития.

Итоговый (май):

- диагностика физической подготовленности;
- диагностика физического развития;
- открытое занятие.
- **Предполагаемые результаты**

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
-активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; -проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных	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;	представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарём и

<p>(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.</p>	<p>обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;</p> <p>организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;</p> <p>организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью</p> <p>взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;</p> <p>применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.</p>
---	--	---

1.2 Учебный-тематический план

1 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
	Вводное занятие	1	1	-
1.	Основы знаний о физической культуре и ее развитие. Строение организма.	5	5	
1.1.	Развитие физической культуры в современном обществе.		1	
1.2.	Формирование теоретических знаний о гимнастике.		1	
1.3.	Формирование теоретических знаний о лёгкой атлетики.		1	
1.4.	Формирование теоретических знаний о лыжной подготовки		1	
1.5.	Формирование теоретических знаний о подвижных играх.		1	
2.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.	2	2	-
2.1	Личная гигиена, гигиена обуви, одежды. Помощь при ушибе и растяжении.		1	
2.2.	Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений.		1	
3.	Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.	2	2	-
3.1	Места занятий. Пришкольная спортивная площадка (спортивный зал).		1	
3.2	Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.		1	
4.	Общеразвивающие упражнения.	4		4
3.1.	Упражнения без предметов. Строевые упражнения			1
3.2.	Упражнения с предметами			1
3.3.	Упражнения в парах			1
3.4.	Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейки.			1
4.	Гимнастика	12	2	10
4.1	Акробатические упражнения		1	4
4.2	Упражнения на гимнастических снарядах.		1	4
4.3	Лазание			2
5.	Легкая атлетика.	12	-	12
5.1	Ходьба и медленный бег			1

5.2	Кросс			1
5.3	Бег на короткие дистанции до 30 м.			2
5.4	Бег на длинные дистанции.			2
5.5	Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту, многоскоки.			3
5.6	Метание мяча с места ,на дальность, в цель.			3
6.	Спортивные игры.	15	1	14
6.1	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками.			4
6.2	Передачи мяча от груди двумя руками. Броски мяча двумя руками от груди.			3
6.3	Остановки (прыжком). Повороты на месте.			1
6.4	Действия с мячом. Броски двумя руками из-за головы через сетку.		1	3
6.5	Передача мяча партнёру. Подача мяча через сетку. Ловля мяча двумя руками			3
7.	Подвижные игры.	13	1	12
7.1	Класс –смирно!», «Запрещённое движение», «К своим флажкам»,		1	3
7.2	«Заяц в огороде», «Прыгающие воробышки», «Попади в обруч»,			3
7.3	«Пятнашки», «Вызов номеров», «Гонки мячей», «Передал –садись»,			3
7.4	«Воробьи-вороны», «День и ночь», «Охотники и утки»,			3
8	Контрольные испытания и соревнования.	6	-	6
8.1	К.И прыжков в длину.			1
8.2	К.И метание мяча на дальность.			1
8.3	Учебная игра по баскетболу			2
8.4	Учебная игра по пионерболу.			2
ИТОГО:		72	14	58

1.3 Содержание программы 1 года обучения

- **Введение в курс программы-1 ч.**
- Теория-1 час.
- **1.Основы знаний о физической культуре и ее развитие. Строение организма-5ч.**
- Теория-5ч.
- Развитие физической культуры в современном обществе.
- Формирование теоретических знаний о гимнастике.
- Формирование теоретических знаний о лёгкой атлетики.
- Формирование теоретических знаний о лыжной подготовки
- Формирование теоретических знаний о подвижных играх.
- **2.Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль-2ч.**
- **Теория-2ч.**
- Личная гигиена, гигиена обуви, одежды. Помощь при ушибе и растяжении.
- Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений.
- **3. Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь-2ч.**
- **Теория-2ч.**
- Личная гигиена, гигиена обуви, одежды. Помощь при ушибе и растяжении.
- Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений.
- **4. Гимнастика-12ч.**
- **Теория-2ч.**
- Позвоночник — основа здоровья. Причины неправильной осанки и болезней позвоночника. Правила стретчинга.
- **Практика-10ч.**
- Акробатические упражнения
- Упражнения на гимнастических снарядах.
- Лазание.
- **5. Легкая атлетика-12ч.**
- Ходьба и медленный бег
- Кросс
- Бег на короткие дистанции до 30 м.
- Бег на длинные дистанции.
- Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту, многоскоки.
- Метание мяча с места ,на дальность, в цель.
- **6.Спортивные игры-15ч.**
- **Теория-1ч.**
- **Практика-14ч.**
- Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками.
- Передачи мяча от груди двумя руками. Броски мяча двумя руками от груди.
- Остановки (прыжком). Повороты на месте.
- Действия с мячом. Броски двумя руками из-за головы через сетку.
- Передача мяча партнёру. Подача мяча через сетку. Ловля мяча двумя руками
- **7. Подвижные игры-13ч.**
- **Теория-1ч.**
- Объяснения правил игры.

- **Практика-12ч.**
- «Класс –смирно!», «Запрещённое движение», «К своим флажкам»,
- «Заяц в огороде», «Прыгающие воробышки», «Попади в обруч»,
- «Пятнашки», «Вызов номеров», «Гонки мячей», «Передал – садись»,
- «Воробьи-вороны», «День и ночь», «Охотники и утки»,
- **8.Контрольные испытания и соревнования-6ч.**
- К.И прыжков в длину.
- К.И метание мяча на дальность.
- Учебная игра по баскетболу
- Учебная игра по пионерболу.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий
2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный график

- Количество учебных недель – **36 недель**

Общий часовой объем программы – **72 часов**

- Учебный процесс – с **1 сентября 2022 года по 31 мая 2023 года**

Праздничные дни:

4 ноября 2022 г. - День народного единства

1-8 января 2023 г. – Новогодние праздничные дни

23 февраля 2023 г. – День защитника Отечества

8 марта 2023 г. – Международный женский день

1 мая 2023 г. – Праздник весны и труда

9 мая 2023 г. – День Победы

Группа: 15 человек

Место проведения: Спортивный зал МБОУ «СОШ №8»

Сроки проведения: 01.09.2022г. – 25.05.2023г.

Дни занятий: понедельник, четверг.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: для проведения занятий по общей физической подготовке требуется наличие спортивного зала (для проведения спортивных игр, беговых упражнений)

Перечень необходимого спортивного инвентаря и оборудования:

- мячи футбольные 23
- манишка игровая 30
- перчатки вратарские 4
- сетка для мячей 2
- скакалки 20
- мячи футзальные 27
- секундомер 1
- насос 2

Информационное обеспечение – компьютер, интерактивная доска, мультимедийный проектор.

Кадровое обеспечение -педагог дополнительного образования Барыкина Т.Ю.,имеющая профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы. Педагог I квалификационной категории.

Формы аттестации

Тестирование, опрос, зачет, наблюдение, соревнования.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Аналитическая справка, видеозапись, фото, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, протокол соревнований.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый.

Способы определения результативности

1 год обучения

Будут сформированы навыки и умения самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения, формирование правильной осанки и культуры движений,

3. «Тематическое планирование с мероприятиями из рабочей программы воспитания образовательной организации»

С 1 сентября 2021 года вступает в действие Программа воспитания (на основе Примерной программы воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 2 июня 2020 г. № 2/20). Соответственно, рабочие программы педагогов дополнительного образования детей помимо учебной деятельности также должны отражать содержание программы воспитания образовательной организации.

Основные направления воспитательной деятельности:

1. Гражданское воспитание;
2. Патриотическое воспитание;
3. Духовно-нравственное воспитание;
4. Эстетическое воспитание;
5. Физическое воспитание,
6. Трудовое воспитание;
7. Экологическое воспитание.

**План воспитательной работы утвержден директором находится в конце рабочей программы в форме таблицы.*

3.1 Комплекс организационно - педагогических условий

Формы аттестации

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП» предусматривает формы контроля:

в процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый.

Входной контроль применяется при поступлении обучающегося в организацию в форме собеседования.

Промежуточная аттестация проводится 2 раза в год, за I и II полугодие в форме тестирования.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года и по окончании образовательной программы.

Формы и виды контроля

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
------------------	-----------------	----------------

Входной контроль		
В начале учебного года.	Определение уровня развития обучающихся, их способностей.	Эстафеты
Промежуточная аттестация		
Промежуточная аттестация за первое полугодие.	Определение степени усвоения учебного материала. Повышение интереса к собственному процессу познания.	Тест, соревнования.
Промежуточная аттестация за второе полугодие.	Определение степени усвоения учебного материала.	Тест, эстафеты.
Итоговая аттестация		
По завершении обучения по общеобразовательной общеразвивающей программе.	Определение результатов обучения.	Тест, эстафеты.

Критериями в оценке результатов являются:

- степень самостоятельности в процессе исполнения;
- улучшение приёмов и методов работы;
- возможность оценки обучающимися своей работы.

Рабочая программа воспитания

1. Характеристика объединения

Деятельность объединения «ОФП» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Формы работы – используются групповые занятия, а также занятие в парах.

2. Цель, задачи и ожидаемый результат воспитательной работы

Цель воспитания – выявление и развитие спортивных способностей обучающихся, через совместную деятельность педагогов, учащихся и родителей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого учащегося.

Задачи воспитания –

- Развитие общей культуры учащихся через традиционные мероприятия объединения, выявление и работа с одаренными детьми.

- Создание условий, направленных на формирование нравственной культуры, расширение кругозора, интеллектуальное развитие, на улучшение усвоения учебного материала.

3.2 Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Участие в проведении Дня открытых дверей	Привлечение внимания обучающихся и их родителей к деятельности объединения	сентябрь	
2	Родительское собрание. Избрание родительского комитета	Организация работы с родителями	сентябрь	
3	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	Воспитание у обучающихся чувства уважения, внимания, чуткости к пожилым людям.	октябрь	
4	Единый урок информационной безопасности. Всероссийский урок безопасности в сети Интернет	Воспитание у обучающихся чувства ответственности	октябрь	
5	Беседа, посвященная Дню толерантности	Воспитание у обучающихся чувства ответственности	ноябрь	
6	Единый урок «Мы – Россияне!», посвященный Дню Конституции РФ	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма	декабрь	

3.3 Оценка результативности реализации программы воспитания

**Результат реализации программы воспитания обучающихся объединения «ОФП»
будет определяться с помощью оценочных материалов:**

- эстафеты
- весёлые старты
- опросы
- - анкетирование родителей и учащихся

Литература для педагога

1. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса. – М.,2006
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной подготовки спортсмена. - М.,1988
3. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. – М.,1980
4. Голощапов Б.Р. История физической культуры. – М.,2009
5. Гришина Ю.И.Общая физическая подготовка. - М.,2010
6. Каганов Л.С. Развиваем выносливость. – М.,1990
7. Ловейко И.Д.Формирование осанки у школьников. - М.,1982.
8. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. - М.,2008.
9. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний.- М.,2005.
10. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика.- Ростов - на - Дону,2002.
11. Новиков Ю.Н. Физкультура или спорт. – М.,1996
12. Окунев О.Р. Бадминтон. – М.,2009

Литература для детей

- 1.Баршай В.М. Активные игры для детей. – М.,2001
2. Баршай В.М. Физкультура в школе и дома. – М.,2001
- 3.Воликова Т.В. Режим дня в жизни школьников. – М.,1979
- 4.Ковалева Е. Игры на свежем воздухе для детей и взрослых – М.,2007

Министерство образования и науки Республики Адыгея
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №8» с.Большесидоровское

«Согласовано»:
Заместитель директора по
учебно-воспитательной работе
_____ 20__ г.

«УТВЕРЖДАЮ»:
Директор _____
«__» _____ 20__ г.
Приказ №__ от «__» _____ 20__ г.

Принят на заседании
Педагогического совета
Протокол №__
от «__» _____ 20__ г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
учебного объединения
Физкультурно-спортивной направленности
«ОФП»**

Направленность	Физкультурно-спортивная
Срок реализации программы	1 год
Вид программы	модифицированная
Уровень	стартовый
Возраст обучающихся	7-8 лет
Педагог дополнительного образования	Барыкина Татьяна Юрьевна

**Календарно тематическое планирование
2022-2023 год обучения**

№	Разделы, тема	Количество часов			Дата		Примечание
		Всего	Теория	Практика	План	Факт	
1	Вводное занятие	1	1				
2	Развитие физической культуры в современном обществе.	1	1				
3	Формирование теоретических знаний о гимнастике.	1	1				
4	Формирование теоретических знаний о лёгкой атлетики.	1	1				
5	Формирование теоретических знаний о лыжной подготовки	1	1				
6	Формирование теоретических знаний о подвижных играх.	1	1				
7	Личная гигиена, гигиена обуви, одежды. Помощь при ушибе и растяжении.	1	1				
8	Понятие о гигиене. Гигиена физических упражнений.	1	1				
9	Места занятий. Пришкольная спортивная площадка (спортивный зал).	1		1			
10	Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.	1		1			
11	Упражнения без предметов. Строевые упражнения	1		1			
12	Упражнения с предметами	1		1			
13	Упражнения в парах	1		1			
14	Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейки.	1		1			

15	Акробатические упражнения	5	1	4			
16	Упражнения на гимнастических снарядах.	5	2	3			
17	Лазание	2	1	1			
18	Ходьба и медленный бег	1		1			
19	Кросс	1		1			
20	Бег на короткие дистанции до 30 м.	2		2			
21	Бег на длинные дистанции.	2		2			
22	Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту, многоскоки.	3		3			
23	Метание мяча с места ,на дальность, в цель.	3		3			
24	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками.	4		4			
25	Передачи мяча от груди двумя руками. Броски мяча двумя руками от груди.	3		3			
26	Остановки (прыжком). Повороты на месте.	1		1			
27	Действия с мячом. Броски двумя руками из-за головы через сетку.	4	1	3			
28	Передача мяча партнёру. Подача мяча через сетку. Ловля мяча двумя руками	3		3			
29	Класс –смирно!», «Запрещённое движение», «К своим флажкам»,	4	1	3			
30	«Заяц в огороде», «Прыгающие воробышки», «Попади в обруч»,	3		3			
31	«Пятнашки», «Вызов номеров», «Гонки мячей», «Передал –	3		3			

	сидись»,						
32	«Воробьи-вороны», «День и ночь», «Охотники и утки»,	3		3			
33	Контрольные испытания и соревнования по прыжкам в длину	1		1			
34	Контрольные испытания и соревнования. По метанию мяча на дальность	1		1			
34	Учебная игра по баскетболу	2		2			
36	Учебная игра по пионерболу.	2		2			
	Итого	72	14	58			

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор _____

«__» _____ 20__ г.

Приказ №__ от «__» _____ 20__ г.

	Наименование мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения	Адресат мероприятия	Ответственный исполнитель	Форма отчетности
Гражданское воспитание						
	День солидарности в борьбе с терроризмом	Беседа	сентябрь	Обучающиеся от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ООО социальной сети «ВКонтакте»
	«День полного освобождения Ленинграда от блокады (1944 год)»	Беседа	январь	Обучающиеся от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ООО социальной сети «ВКонтакте»

Патриотическое воспитание						
День окончания Второй мировой войны.	Беседа	декабрь	Обучающиеся от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ООО социальной сети «ВКонтакте»	
День космонавтики «Ю.А.Гагарин–первый человек-космонавт»	Беседа	апрель	Обучающиеся от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ООО социальной сети «ВКонтакте»	
Духовно-нравственное воспитание						

	Международный день пожилых людей	Беседа	октябрь	Обучающиеся от 7 до 8	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ОО социальной сети «ВКонтакте»
	Дружба-это не работа	Беседа	сентябрь	Обучающиеся от 7 до 8	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ОО социальной сети «ВКонтакте»
	«Берегите своих мам»	Беседа	март	Обучающиеся от 7 до 8	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ОО

						социальной сети «ВКонтакте»
	Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия					
	«Спорт в жизни человека»	Беседа	февраль	Обучающиеся от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ОО социальной сети «ВКонтакте»
	Трудовое воспитание					
	Путешествие в страну профессий	Беседа	Ноябрь	Обучающиеся учреждения от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и видео-отчеты на официальном сайте учреждения, на странице сообщества ОО социальной сети «ВКонтакте»
	Зеленый патруль	Трудовой десант в живом уголке учреждения	Ежедневно в будние (учебные) дни в	Обучающиеся учреждения от 7 до 8 лет	Педагог ДО	Информационные посты, фото- и

			течение года			видео- отчеты на официаль ном сайте учрежден ия, на странице сообщест ва ОО социальн ой сети «Вконтак те»
	Экологическое воспитание					
	Природа-наше богатство	Беседа	сентябрь	Обучающиеся от 7 до 8 лет,	Педагог ДО	Информа ционные посты, фото- и видео- отчеты на официаль ном сайте учрежден ия, на странице сообщест ва ОО социальн ой сети «Вконтак те»