

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа № 2 «Межшкольный стадион»

Принята
на заседании
педагогического совета
от 27.02 2023 г.
протокол № 2

Утверждаю:

Директор

МБУ ДО ДЮСШ № 2

«Межшкольный стадион»

 Н.Б. Удинцева

Приказ № 9-0

от 27.02 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности**

«В здоровом теле-здоровый дух!»

Возраст обучающихся: 7 – 9 лет

Срок реализации: 3 месяца (краткосрочная)

Автор-составитель:

Деянова Г.В.

инструктор-методист

город Екатеринбург, 2023

Содержание

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	
1.1 Пояснительная записка.....	стр. 3
1.2 Цель и задачи программы.....	стр.8
1.3 Содержание программы.....	стр. 9
1.4 Планируемые результаты.....	стр.17
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	
2.1. Нормативно-правовое обеспечение.....	стр.19
2.2 Календарный учебный график.....	стр.19
2.3 Условия реализации программы.....	стр.20
2.4 Формы аттестации.....	стр.20
2.5 Оценочные материалы.....	стр.20
2.6 Методические материалы.....	стр.21
2.7. Литература.....	стр.24
2.8. Приложения	стр.25

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время наблюдается ухудшение состояния здоровья детей, увеличивается число детей с отклонениями в состоянии здоровья различного характера, для которых нужен индивидуальный подход для

коррекции и профилактики данных состояний с целью повышения состояний здоровья, физического развития, формированию потребности в ЗОЖ.

Кроме того, образовательный процесс в общеобразовательных организациях не позволяет ребенку получить достаточное количество движений в течение учебного дня.

Дополнительные занятия физической культурой способствуют воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера детей и подростков: воли, целеустремленности, умению преодолевать трудности, взаимопомощи, уважению к партнерам в совместной деятельности и играх, сознательной дисциплине, активности, повышению самооценки. Поэтому занятие физической культурой с применением оздоровительных видов гимнастики содействуют как физическому, упражнению, направленных на общее физическое развитие и профилактику гиподинамии дают возможность постоянно развиваться в физическом плане, содействовать укреплению здоровья.

Направленность программы: физкультурно-спортивная. Предоставляет возможность для физического развития учащихся, для воспитания навыков здорового образа жизни.

Уровень содержания: стартовый-краткосрочная, 3 месяца

3 месяца: 30 часов

Зачисляются лица, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий.

Задачи на данном этапе:

- привлечение максимального количества учащихся 7-9 лет к систематическим занятиям физической культурой и различными оздоровительными видами гимнастики;
- формирование у учащихся основ здорового образа жизни, гигиенической культуры и профилактика вредных привычек;
- всестороннее гармоничное развитие личностных, физических качеств, укрепление здоровья, закаливание организма;

Актуальность и педагогическая целесообразность.

Актуальность программы состоит в том, что в современных условиях уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни (ЗОЖ), физическому и психоэмоциональному развитию детей и подростков на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях недостаточно обеспечивает необходимый уровень физического развития и физической подготовленности учащихся, в данной ситуации требуется увеличение двигательной активности, усиление образовательной направленности на занятиях по физической культуре расширения физкультурно-оздоровительной работы. На помощь в этой ситуации приходится дополнительное образование, разработка и реализация дополнительных общеразвивающих программ в этой области. Данная программа может служить инструментом в решении данной проблемы.

Педагогическая целесообразность программы «Оздоровительная гимнастика» состоит в том, что она решает проблему

дефицита двигательной активности детей и подростков, коррекции незначительных нарушений опорно-двигательного аппарата, а специально подобранные упражнения оздоровительной гимнастики и комплексы общеразвивающих упражнений создают неограниченные возможности для гармоничного развития личности обучающихся, развитие специальных физических качеств, повышения физической подготовленности и физического развития. Различные виды оздоровительных систем совершенствуют тело, формируют культуру движений, что повышает у занимающихся уверенность в себе. Разработка данной программа и ее реализация предусматривает содействие гармоничному развитию личности занимающихся, физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья в целом.

Отличительные особенности программы.

Программа включает в себя общеразвивающие упражнения, выполняемые в соответствии со спецификой различных видов оздоровительной гимнастики, адекватные возрастным возможностям и фактическому физическому состоянию детей.

На обучение принимаются желающие заниматься данным видом деятельности, не имеющие медицинских противопоказаний, с учётом норм наполняемости учебной группы.

Адресат программы: программа рассчитана на обучение детей и подростков в возрасте от 7 до 9 лет не имеющих медицинских противопоказаний.

Краткие возрастные особенности.

Возраст 7 – 9 лет

- Смена ведущего вида деятельности с игровой на учебную.
 - Несформированность эмоционально-волевой сферы.
- Затруднена произвольная регуляция собственного поведения.
- Незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления).
 - Тревожность, страх оценки
 - Ориентация на общения со значимым взрослым (педагогом).
 - Формирование навыков учебной рефлексии.
 - Развитие когнитивных функций.
 - Различия в развитии мальчиков и девочек (преобладание логической сферы у мальчиков, эмоционально-чувственной у девочек).
 - Ориентация в поведении на оправдание ожидания и одобрения значимых взрослым.

Срок освоения программы: 3 месяца

Объём реализации программы: 30 часов

Формы обучения: очная

Все информационные материалы и задания, направляемые учащимся, соответствуют содержанию реализуемой дополнительной общеобразовательной программы.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Комплектование постоянного состава группы детей обучения осуществляется в свободной форме по их желанию, при наличии заявления от родителей и допуска врача. Группы комплектуются из детей близких по возрасту. Однако возможно и формирование разновозрастных групп.

Для эффективности индивидуального и дифференцированного подхода наполняемость в группе – от 8-25 человек.

Режим занятий:

Наполняемость учебных групп и режим учебно-тренировочных занятий
(15 недель с 1 марта по 31 мая, 1 час-45 мин.)

Период обучения	Максимальная наполняемость групп	Максимальный объем учебной нагрузки (час/неделя)	Продолжительность занятий	Периодичность
3 месяца	8-25 детей	2	2 часа	1 раз

Годовой план - график распределения учебного материала
15 недель с 1 марта по 31 мая, 1 час-45 мин

	содержание	Количество часов			ито го
		III	IV	V	
1	Введение	1	0	0	1
2	ОФП	6	6	6	12
3	СФП	5	5	4	14
4	Комплексное итоговое занятие	0	0	1	1
	Итого:	10	10	10	30

Тип занятий: диагностический теоретический, учебно-тренировочный, комбинированный, контрольный.

Формы проведения занятий:

- практическое занятие;
- открытое занятие;
- эстафета;
- соревнование;
- конкурс;

- праздник.

Методы обучения:

- Словесные: объяснение, беседа, самоанализ, убеждение, поощрение.
- Наглядные: демонстрация видеоматериалов, работа с дидактическим материалом.
- Практические: воспроизводящие, тренировочные упражнения, игровые, творческие методы.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: создание условий для гармоничного физического развития способностей детей.

Задачи:

- обучить детей основным гимнастическим и оздоровительным упражнениям, комплексам для развития и повышения общефизической и специальной подготовки, приемам самоконтроля, закаливания организма;
- развивать двигательные способности и физические качества (гибкость, сила, выносливость), и как следствие, повысить уровень физической подготовленности и состояния мышечного корсета, творческую активность и самостоятельность; содействовать гармоническому физическому развитию;
- сформировать представления о своем теле и организме, потребность в личном физическом и нравственном совершенствовании, устойчивый сознательный интерес к занятиям физической культуры и внедрение ее в повседневный режим;
- содействовать воспитанию морально-волевых качеств (целеустремленность, самообладание, мужество), ответственности за свое здоровье, дисциплинированности, трудолюбия, коллективизма, дружбы и товарищества.

1.2 Содержание программы

Учебно-тематический план

Год обучения		1 год (стартовый уровень)			Формы занятий	Формы контроля
п/п	Наименование разделов	Всего	Теория	практика		
1.	Комплектование групп. Техника безопасности. Введение - основы знаний	1	1	0	Беседы, рассказ,	Фронтальная
2	Общая физическая подготовка	12	1	11		
2.1	Развитие координационных способностей	2	0	2	Учебные занятия , подвижные игры игры, эстафеты	Индивидуально-групповая
2.2.	Развитие скоростных способностей	2	0	2		
2.3	Развитие силовых способностей	2	0	2		
2.4	Развитие выносливости	2	0	2		
2.5	Развитие гибкости	2	0	2		
2.6	Физические упражнения прикладного характера	2	1	2		
3	Специальная физическая подготовка	14	1	13	Учебные занятия , подвижные игры игры, эстафеты	Индивидуально-групповая
3.1	Формирование навыка правильной осанки	2	0	2		
3.2	Дыхательные упр.	2	1	1		
3.3	Комплексы упражнений для создания естественного мышечного корсета	2	0	2		
3.4	Растяжение и развитие подвижности позвоночника	2	0	2		
3.5	Упражнения в равновесии	2	0	2		
3.6	Упражнения на развитие мышечно-суставного чувства	2	0	2		
3.7	Упражнения на расслабление	2	0	2		
4	Комплексное итоговое занятие	3	1	2		
	Итого	30	3	27		

1.Комплектование групп. Техника безопасности. Введение - основы

знаний.

Теория: Инструктаж по технике безопасности на занятиях ОГ, при проведении спортивно-массовых мероприятий и соревнований, по правилам дорожного движения, по антитеррористической безопасности. Организация учебного процесса. Внешний вид на занятиях. Знакомство с программой.

Здоровье и физическое развитие человека.

Влияние физических упражнений на организм человека, значение систематических занятий физическими упражнениями. Основы гигиены. Требования к спортивной одежде и уход за ней.

Образ жизни как фактор здоровья, негативное влияние вредных привычек.

2. Общая физическая подготовка.

Теория: Правила выполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика: Выполнение упражнений, направленных на:

2.1. Развитие координационных способностей:

- ОРУ без предметов в сочетании с ходьбой и бегом;
- варианты челночного бега;
- подвижные и спортивные игры;
- полоса препятствий;
- упражнения на гимнастической скамейке;
- ходьба по канату;
- выполнение заданий с закрытыми глазами;
- метания.

2.2. Развитие скоростных способностей:

- эстафеты, старты из различных исходных положений;
- бег с ускорением;
- подвижные игры.

2.3. Развитие силовых способностей:

- упражнения в упорах;
- упражнения с гантелями, набивными мячами;

2.4. Развитие выносливости:

- бег с препятствиями;
- подвижные игры;
- круговая тренировка;
- ОРУ с предметами.

2.5. Развитие гибкости:

- ОРУ с повышенной амплитудой движения, на растягивание;
- упражнения с партнером.

2.6. Физические упражнения прикладного характера:

Основные движения включают способы передвижения (ползание, ходьба, бег, прыжки, метание, лазание), используемые в естественных условиях.

Упражнения в ходьбе усложняются за счет соблюдения правильной осанки, сочетания ходьбы с дыханием, включения различных вариантов передвижения: на носках, на пятках, наружном и внутреннем краях стопы, с перекатом с пятки на носок, высоким подниманием бедра, полуприседе.

Бег на месте, с переменным темпом, на носках, с высоким подниманием бедра, широким шагом, с препятствиями и т. д.

Варианты лазания -ползание, перелезание, подлезание.

Подвижные игры. «Шагомер», «Боулинг», «25 передач», «Пленник мяча», «Удочка», «Воробьи – вороны», «Хвостики», «Поймать хвост дракона», «Снайперы», «Рыбацкая сеть», «Пятнашки», «Заморозки», «Крокодил», « Волейбол на коленях», «Сложные вышибалы».

3. Специальная физическая подготовка

Теория: Правила выполнения упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика: Выполнение упражнений:

3. 1. Формирование навыка правильной осанки

3.1.1 Дыхательные упражнения:

- упражнения для овладения полным дыханием;
- для овладения смешанным типом дыхания;
- дыхательная гимнастика по Стрельниковой (приложение 1).

3.2. Упражнения для формирования естественного мышечного корсета:

- упражнения для укрепления поверхностных мышц спины;
- упражнения для глубоких мышц спины;
- упражнения для мышц, удерживающих лопатки в правильном положении;

- для растяжения передних связок поясничного отдела позвоночника и мышц поясничной области;

- для укрепления прямых и косых мышц живота;

-для укрепления мышц-разгибателей и растяжения мышц-сгибателей тазобедренных суставов и т.д.

3.3. Растяжение и развитие подвижности позвоночника

3.3.1. Упражнения на активное и пассивное растяжение позвоночника (в положении сидя, лежа, стоя):

- для растягивания мышц шеи и затылка;
- мышц спины и передней стенки живота;
- мышц грудной клетки;
- мышц, участвующих в боковых наклонах туловища;
- мышц рук и ног.

3.3.2 Упражнения для развития подвижности во всех отделах позвоночника (наклоны и повороты туловища в стороны, ползание и т.д.):

- упражнения, вытягивающие позвоночник;
- для растягивания мышц груди в положении сидя;
- упражнения в самовытяжении.

3.4. Упражнения в равновесии (при умеренной площади опоры, изменениях положения головы и туловища, в стойке на одной ноге, поворотах, с открытыми и закрытыми глазами, на фитбольных мячах)

3.5.1 Упражнения на развитие “мышечно-суставного чувства” (упражнения у вертикальной стены, стоя перед зеркалом).

3.5.2 Упражнения на расслабление.

4. Итоговое комплексное занятие. Соревнования проводятся внутри группы и между группами на личное и командное первенство.

5. Сдача контрольных нормативов (промежуточная аттестация).

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Предметные:

- сформируют навыки сохранения правильной осанки при выполнении упражнений;
- повысят уровень развития двигательных способностей (координации движений, гибкости, выносливости, силы);
- сформируют навыки здорового образа жизни;
- познакомятся с приемами самоконтроля, закаливания организма, техникой рационального дыхания.

Метапредметные

Учебно- организационные:

- научиться работать с информацией;
- применять правила Т.Б. в зале и пользоваться инструкциями, соблюдать правила гигиены.

Интеллектуальные:

учащиеся научатся:

- выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;

Коммуникативные:

- приобретут навыки дисциплинированного поведения на занятиях и культуры общения в коллективе;
- приобретут коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;

Личностные:

- будут сформированы готовность и способность обучающихся к гармоническому физическому развитию;
- сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;
- формирование личностных качеств (целеустремленность, ответственность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей)

Предметные результаты обучения

- повышение интереса к систематическим занятиям оздоровительной гимнастикой;
- появление потребности ведения здорового образа жизни ЗОЖ;
- овладение техникой выполнения элементов нетрадиционных

видов оздоровительной гимнастики;

- сформированное представление об оздоровительной гимнастике, как дисциплине;

- овладение техникой выполнения комплексов оздоровительной гимнастики.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Нормативно-правовое обеспечение

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»

(с изменениями на 06.02.2020 г.);

- Указ Президента РФ от 07.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная постановлением Правительства РФ от 23.05.2015 г. № 497;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р;

- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г.

№ 1726-р. и план мероприятий по ее реализации на 2015-2020 гг.;

- «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14». Утверждена Главным государственным санитарным врачом РФ 04.07.2014г. № 41);

- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Стратегическая инициатива «Новая модель системы дополнительного образования», одобренная Президентом РФ от 27.05.2015 г.;

- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (Приказ Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467);

- Профессиональный стандарт педагога;

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
3 месяца	01.03	31.05.	15	30	1 раз в неделю по 2 часа

Занятия проводятся из расчета 1 академический час – 45 минут.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое:

- гимнастический зал с зеркалами;
- музыкальный центр (с музыкальной подборкой);
- гимнастические палки;
- гимнастические коврики;
 - мячи разного диаметра и веса;
- гантели;
- обручи;
- скакалки;
- роликовые массажеры;
- футбольные мячи;
- мешочки для равновесия;
- резиновые коврики для стоп;
- материально-техническое обеспечение может изменяться и дополняться в зависимости от современных тенденций физической культуры.

Кадровое обеспечение:

Программу реализует тренер-преподаватель, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области.

2.3 . Формы аттестации /контроля и оценочные материалы:

Промежуточная аттестация проводится 2 раза в года.

Формы промежуточной аттестации: открытые занятия для родителей, опросы, тесты, результаты участия в физкультурно-массовых мероприятиях.

Итоговая аттестация не проводится.

Оценочные материалы:

Оценочными материалами для отслеживания результатов освоения программы служат:

- критерии и показатели для оценки личностных и метапредметных результатов обучающихся (приложение 1).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

журнал посещаемости;

отзывы родителей;

видеозаписи занятий;

портфолио;

фото-архив;

дипломы, грамоты, сертификаты.

2.4.Методические материалы

Педагогические технологии:

Здоровьесберегающие технологии реализуются через систему мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывает условия образовательной среды и деятельности. В программе это выражается через непосредственное обучение учащихся приёмам здорового образа жизни,

формирование навыков и привычек здорового образа жизни, расширение представления о пользе занятий физическими упражнениями и играми, рациональной нагрузкой, активной двигательной деятельностью.

Групповые технологии предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию. Во время групповой работы педагог выполняет различные функции: контролирует, отвечает на вопросы, регулирует споры, оказывает помощь.

Начинать работу в парах, в мини-группах следует с установления доверия внутри общей группы, взаимного интереса, расположенности друг к другу. Группа получает определённое задание для решения конкретных задач. Учащиеся учатся понимать и принимать общую цель, слышать друг друга, ощущать, что общий результат зависит от усилий каждого. Для этого необходимо:

- формулировать своё мнение
- принять существование разных точек зрения
- настаивать на своём при помощи аргументов,
- согласовывать мнения, исходя из интересов дела, а не личной приязни. После выполнения заданий обязательно обсудить, что мешало, как учащиеся помогали друг другу, что необходимо сделать для улучшения качества.

Личностно-ориентированная технология.

Содержание, методы и приёмы технологии направлены на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого ученика, помочь становлению личности путём организации познавательной деятельности. Принципиальным является добровольность каждого учащегося в выборе программы и темпы её освоения. В программе используются следующие характерные особенности технологии:

1. Обеспечение каждому учащемуся чувства психологической защищённости, доверия.

2. Развитие индивидуальности учащегося за счёт динамического проектирования (образовательный процесс перестраивается по мере выявления логики развития конкретной личности).

3. Понимание позиции ребёнка, его точки зрения, неигнорирование его чувств и эмоции, принятие личности.

4. Процесс формирования умений и навыков, воспринимать как средство полноценного развития личности.

5. Тактика общения – сотрудничество, где учащийся - полноправный партнер. Пристраиваться не «сверху», а «наравне». Обеспечить каждому такую дистанцию, которая позволяет сохранять контакт с окружающими и одновременно чувство личной свободы (не рядом, не над, а вместе, в одном пространстве).

Игровые технологии.

Характерные особенности:

- образовательная цель ставится в форме игровой задачи;

- учебная деятельность подчиняется правилам игры;
- в учебную деятельность вводится элемент соревнования;
- успешное выполнение задания связывается с игровым результатом.

Способность включаться в игру не связана с возрастом, но содержание и особенности методики проведения игр зависят от возраста.

Особенностями игры в подростковом возрасте является нацеленность на самоутверждение, на личностное развитие (морально-нравственные проблемы, умение взаимодействовать, формирование ценностных отношений и т. п.). Роль педагога – и организатор, и соучастник событий.

Информационно-коммуникативные технологии – это процессы подготовки и передачи информации учащимся, средством осуществления которых является компьютер. Информационные технологии преследуют следующие цели:

- формирование умений работать с информацией, развитие коммуникативных способностей;
- предоставление ребенку возможности для усвоения такого объема учебного материала, сколько он может усвоить
- поддержание мобильной коммуникации с учащимися, родителями, коллегами (в разработке).

С помощью компьютера достигаются идеальные варианты индивидуального и дистанционного обучения.

Алгоритм проведения занятия:

Этапы:

1. Организационный:

- приветствие/знакомство;
- мотивация к совместной деятельности;
- сообщение темы, цели занятия.

2. Подготовительный:

- общая разминка (бег, подскоки, ходьба, упражнение на разогрев всех групп мышц, с помощью общеразвивающих упражнений)

3. Основной:

- Общая и специальная физическая подготовка;

4. Заключительный:

- упражнения на растяжку и расслабление. Рефлексия, анализ успеха/неудач, перспектива дальнейших действий.

Содержание методического обеспечения программы:

Тема	Форма занятий	Методы и приемы	Дидактический материал	Форма подведения итогов
Вводное Занятие	Беседа	Наглядный	Инструкция по ТБ	Опрос

ОФП	Беседа тренировочные упражнения	Словесно- репродуктивный, наглядный, демонстрационный	Секундомер, скакалки, мячи, коврики, гимн.палки, степы, скамейки, фитболы	Контрольные нормативы
СФП	Беседа тренировочные упражнения	Словесно- репродуктивный, наглядный, демонстрационный	Секундомер, отягощения, коврики	Контрольные нормативы
Теоретическая подготовка	объяснения	Словесно- репродуктивный, наглядный, демонстрационный	Интернет ресурсы. Специальная литература	Опрос
Комплексное итоговое занятие	Объяснения, тренировочные упражнения	Словесно- репродуктивный, наглядный, демонстрационный	Объяснения, тренировочные упражнения	Контрольные нормативы

Дидактический материал:

- звуковой (аудиозаписи);
- смешанный (телепередачи, видеозаписи, учебные кинофильмы и т.д.);
- дидактические пособия (карточки, вопросы и задания для устного опроса, тесты, практические задания, упражнения и др.);
- информационные ресурсы.

Литература.

Для педагога:

1. Агаджанян Н.А., Тель Л.З., Циркин В.И., Чеснакова С.А. Физиология человека. Учебник. – СПб: СОТИС, 2000.
2. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. - М., 1996.
3. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. - М.: ФиС, 1999.
4. Ганзен И.С., Кузнецова Н.В. Дети специальной медицинской группы. - М.: Чистые пруды, 2005.

5. Дубровский В.И. Лечебный массаж. - М.: Владос, 2003.
6. Лаптев А.П., Полиевский С.А. Гигиена. - М.: Физкультура и спорт, 1990.
7. Ловейко И.Д. Лечебная физическая культура у детей при плоскостопии. - Л. 1992.
Справочник по детской лечебной физической культуре / Под. ред. М.И.Фонарева. - Л.: Медицина, 1999.
8. Лях В.И., Зданевич Л.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. - М.: Просвещение, 2006.
9. Фатеева Л. П. 300 подвижных игр для младших школьников: популярное пособие для родителей и педагогов / Л. П. Фатеева. - Ярославль: Академия развития, 1998. - 224 с.: ил. - (Игра, обучение, развитие, разв7лечение).
10. Физическая культура для школьников, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Под ред. Т.М.Титовой. - М.: Чистые пруды, 2006.

Для учащихся:

1. Дубровский В.И. Лечебный массаж. - М.: Владос, 2003.
2. Агаджанян Н.А., Тель Л.З., Циркин В.И., Чеснакова С.А. Физиология человека. Учебник. – СПб: СОТИС, 2000.

Критерии и показатели для оценки личностных и метапредметных результатов обучающихся

Критерии	Показатели	Проявляется/ не проявляется
Взаимодействие в команде. Умение учащегося продуктивно общаться, готовность помочь при	1. Вступает во взаимодействие с детьми	
	2. Вступает во взаимодействие с педагогом	

коллективном решении задач	3. Отстаивает свое мнение аргументировано и спокойно	
	4. Оказывает помощь сверстникам при выполнении какой-либо работы	
	5. Просит и принимает помощь сверстников	
Среднее значение		
Познавательная активность Желание узнавать новое	1.Интересуется темой занятия, задает дополнительные вопросы педагогу по теме занятия/темы/программы	
	2. Воспроизводит информацию по итогам занятия	
	3. Умеет вычленять главное из полученной информации.	
	4. Охотно делится информацией по итогам самостоятельной работы	
	2. Самостоятельно (без помощи взрослого) выполняет дополнительные задания	
Среднее значение		
Ответственность Проявляется при выполнении функциональных заданий, известных, повторяющихся	1. Выполняет задания педагога в указанный срок и без напоминания	
	2. Своевременно приходит на занятие, другие мероприятия	
	3. Доводит начатую работу до конца	
	4. Адекватно реагирует на оценку своего труда, полученного результата.	
	5. Выполняет взятые на себя обязательства	
Среднее значение		

Социальная идентичность Индивидуальное чувство принадлежности к секции. Убежденность в собственной значимости для развития среды, к которой принадлежит сам ребенок	1. Принимает правила и традиции группы	
	2. Охотно (без давления педагога) принимает участие в мероприятиях, важных для группы (соревнованиях, конкурсах, фестивалях, социальных акциях)	
	3. Предлагает свою помощь при проведении важных для группы дел (мероприятий)	
	4. Положительно высказывается об отношении к группе, школе.	
	5. Положительно оценивает свою роль и место в детском творческом коллективе.	
Среднее значение		

В таблице обозначается проявление или не проявление показателей шести критериев, которые дают представление о тех качествах обучающегося, на развитие которых направлена данная программа.

Применяемые методы оценки: педагогическое наблюдение, анкетирование, беседа, соревнования. Принята 100-бальная шкала, на которой определены 4 интервала, которые соответствуют:

высокому (продвинутому) уровню результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы от 80 до 100 баллов и характеризуются сформированностью и закрепленностью в деятельности обучающихся ценностных ориентаций; осознанный, целенаправленный характер деятельности (уровень мотивации); умению создавать новые правила, новые творческие продукты, алгоритмы действий в непредвиденных (новых) ситуациях, условиях.

средний (базовый) уровень от 60 до 79 баллов характеризуется осознанностью желания заниматься экспериментальной деятельностью, умением самостоятельно воспроизводить и применять информацию в ранее рассмотренных типовых ситуациях, при этом действия обучающегося расцениваются как репродуктивные; осознанностью своей роли и ответственности за результаты работы группы, готовностью выполнять различную работу для пользы команды.

низкий (стартовый) уровень от 40 до 59 баллов характеризуется умением обучающегося выполнять учебную деятельность, опираясь на описание действия, подсказку, намек; обучающийся знает о ценности коллектива, дружбы, взаимопомощи; имеет неосознанный уровень (интерес или потребность) к занятиям деятельностью по программе.

недопустимый уровень от 40 баллов и ниже характеризуется отсутствием опыта в виде деятельности и желания заниматься им; отказом признавать значимость умения сотрудничать, взаимодействовать с педагогом и другими детьми, желанием работать только индивидуально и обыгрывать всех.

Сводная таблица достижений каждого обучающегося заполняется в течение учебного года в три периода: в сентябре или октябре заполняются начальные данные, в конце декабря – промежуточные данные, в мае - итоговые. На основании сводных данных о достижениях каждого обучающегося наблюдается динамика освоения программы дополнительного образования и производится ее корректировка на дальнейший период.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 265170146627871538706179163738914973990086477806

Владелец Удинцева Наталья Борисовна

Действителен с 22.11.2023 по 21.11.2024