

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Банинская основная общеобразовательная школа»
Фатежского района Курской области»

Принято
на заседании
педагогического совета
от «29» 08 2024г.
Протокол № 1

Утверждено
Директор МКОУ «Банинская основная
общеобразовательная школа»
Э.В. Плохих



Приказ от «30» 08 2024г. № 29/1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Спортивной направленности
«Легкая атлетика»
Базовый уровень

Возраст учащихся: 12-16 лет
Срок реализации: 36 недель

Автор-составитель:
Курдамосов Владимир Александрович
Учитель физической культуры

С.1-е Банино, 2024 г.

Оглавление

1.Титульный лист	
2.Комплекс основных характеристик программы:	4
2.1.Пояснительная записка	4
2.2.Объём Программы	4
2.3.Цель Программы	6
2.4.Задачи	6
2. 5.Содержание Программы	7
2.6. Планируемые результаты	9
3. Комплекс организационно-педагогических условий:	10
3.1. Календарный учебный график	10
3.2. Учебный план	10
3.3.Оценочные материалы	11
3.4.Формы аттестации	11
3.5.Методическое обеспечение	12
3. 6.Условия реализации	13
4. Рабочая программа воспитания	14
5. Календарный план воспитательной работы	16
6. Список литературы	17
7. Приложения.	18

2. «Комплекс основных характеристик Программы»

2.1 Пояснительная записка

Нормативно – правовая база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая Программа естественно - научной направленности «Юный эколог», является модифицированной, разработана на основе многолетнего личного опыта педагога и в соответствии с нормативно - правовыми документами

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (ред. от 25.12. 2023) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05 2015 №996-р.,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 3 1.03 2022 №678-р;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Минобрнауки России № 882, МинПросвещения России 391 от 05.08.2020 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; - .
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07. 2023 № 04-423 «Об исполнении протокола» (вместе с Методическими рекомендациями для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями).

- Устав МКОУ «Банинская основная общеобразовательная школа»
- Программа воспитания МКОУ «Банинская ООШ» на 2024-2025 года. Принята решением педагогического совета (протокол от 29.08.2024г. №1
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МКОУ «Банинская основная общеобразовательная школа». (принята на заседании Педагогического совета 29.08.2024г. Протокол №1)

Направленность – физкультурно– спортивная

Актуальность Программы – занятия легкой атлетикой общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года. В Программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями занимающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены.

Отличительные особенности Программы, новизна– отличительная особенность программы заключается в том, что с введением с 1 сентября 2014 года в образовательных организациях физкультурно-спортивного комплекса «ГТО», который предусматривает сдачу учащимися контрольных нормативов, предусмотрено уделить большее количество учебных часов на совершенствование навыков и умений различных видов техники легкоатлетического многоборья, развивая быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость повысить общую физическую подготовку, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности и в других видах спорта. Реализации Программы предполагает использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики, опыт педагогов физической культуры, данная программа практико-ориентированная, позволяет отрабатывать овладение знаниями и практическими навыками основных упражнений и техники легкоатлетического спорта

Уровень программы: базовый

Адресат программы: Участниками осуществления программы являются обучающиеся 6 –9 классов (12 – 15 лет) общеобразовательной школы. Набор обучающихся свободный, принимаются все желающие, учебные группы разновозрастные, с постоянным составом учащихся. Наполняемость учебной группы- 10 человек

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся: разные возрастные категории (разновозрастная группа). Образовательная программа предназначена для учащихся 13-15лет. Дети 13-17лет в высокой степени возбудимы и импульсивны, испытывают большую потребность в движениях с ярко выраженной эмоциональностью восприятия

Отмечается повышение самостоятельности, рост чувства ответственности за свои поступки, расширение интересов, появление планов на будущее.

Правильно организованная интересная спортивная и игровая деятельность становятся ведущими факторами в формировании положительных черт характера учащихся, когнитивных способностей.

2.2.Объём Программы

объем и срок освоения программы Программа рассчитана на 1 год обучения. На реализацию курса отводится 2 часа в неделю, 72 часов в год. **режим занятий:** 2 часа в неделю по 40 минут. Занятия проходят два раза в неделю по 1 часу – в понедельник, среду. Общее количество часов в год –72 часа. Продолжительность одного занятия - 40 минут.

формы обучения – очная, с возможностью использования дистанционных технологий

формы проведения занятий — групповые, в разновозрастных группах;

особенности организации образовательного процесса - традиционность (реализуется в рамках учреждения), реализуется с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

2.3. Цель - воспитание личности физически здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

2.4.Задачи Программы:

Образовательно -предметные

1. Сформировать систему знаний возможностей человеческого организма, возрастных особенностей.
2. Сформировать систему двигательных навыков - комплекс взаимосвязанных технических приёмов и тактических действий.
- 3.Развить физические качества, направленное развитие физических качеств (специфичных) при одновременном развитии других.
4. Подготовить обучающихся к соревнованиям по легкой атлетике.

Развивающие:

1. Укрепить здоровье обучаемых.
2. Дифференцировать нагрузки по возрасту, полу и подготовленности с учётом медицинских показателей.
3. Соблюдать гигиенические нормы.
4. Развить физические качества и функциональные возможности органов и систем организма, и, как следствие, укрепить здоровье обучаемых.

Воспитательные:

1. Воспитать привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями (физическая активность, здоровый стиль жизни).
2. Воспитать мужество и умения преодолевать физические трудности (риск, максимальные физические и психические напряжения).
3. Воспитать гигиенические навыки и умения.
4. Воспитать правильные взаимоотношения среди обучаемых в процессе совместного выполнения технико - тактических действий.
5. Воспитать самостоятельность в игровой и соревновательной деятельности, ответственность за свои действия.

2.5.Содержание Программы

Раздел №1 «Введение» (6 часов)

Теория. Возникновение легкоатлетических упражнений. Характеристика легкоатлетического спорта в целом и отдельных видов ходьбы и бега как естественных способов передвижения человека. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта. Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, правила применения солнечных ванн, гигиена одежды, обуви и мест занятий (в процессе занятий). Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований, правила пользования спортивным инвентарем (в процессе занятий) Правила пользования спортивным инвентарем, оборудованием, одеждой и обувью. Расположение группы и отдельных учащихся во время занятий. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения. Правила соревнований.

Практика: самостоятельная подготовка спортивной одежды, обуви, инвентаря и мест к занятиям отдельными видами легкой атлетики.

Формы контроля: зачет, тест

Раздел №2 Общая физическая и специальная подготовка (31час)

Теория. Понятие о строе и командах; строевые упражнения на месте и в движении; строевой и походный шаг; переход на бег и с бега на шаг; ходьба в переменном темпе и с различными движениями рук; бег с изменениями направления; общеразвивающие упражнения на месте и в движении, в положении стоя, лежа и сидя, без предметов и с предметами. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах, на формирование правильной осанки, развитие выносливости, ловкости, на расслабление мышц рук, ног, туловища.

Упражнения из других видов спорта.

Упражнения на гимнастических снарядах и со снарядами (перекладина, скамейка, стенка, палка, скакалка и др.) в висах и упорах, подтягивания, лазанье, сгибание и разгибание рук, поднимание согнутых ног, размахивания, соскоки, перевороты, подъемы; простейшие комбинации.

Практика:- упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения;

- силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног;

- гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза;

- упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки;

Формы контроля: зачет, выполнение норм ГТО, участие в районных соревнованиях

Раздел №3 Ознакомление с отдельными элементами техники ходьбы, бега, прыжков и метаний. (17 часов)

Теория. *Ходьба.* Обычная в равномерном темпе со свободным взмахом рук, глубоким и ритмичным дыханием; ходьба с палкой за спиной по доске и бревну, с выполнением упражнений, укрепляющих мышцы ног; ходьба в равномерном, быстром и переменном темпе на дистанции до 800 м (отрезки 60, 100, 200, 300, 400, 500, 600 м).

Бег. Свободный по прямой и повороту, с наращиванием скорости и последующим продвижением вперед по инерции. Отталкивание как основная фаза бега, техника высокого старта, финиширование, выполнение команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; осанка и работа рук во время бега, вынос бедра, постановка стопы; техника бега на короткие дистанции (ознакомление), техника передачи и приема эстафетной палочки во время бега по кругу и навстречу друг другу, техника бега на короткие дистанции (подготовка стартовых колодок, принятие положения «На старт!», «Внимание!»).

Повторный бег с предельной и около предельной интенсивностью по прямой и повороту на отрезках от 20 до 60 м с хода с переходом в бег по инерции, эстафетный бег на отрезках 40—60 м; кроссовый бег до 1000 м; различные беговые упражнения и многоскоки.

Прыжки. С места в длину, прыжки с ноги на ногу, на двух ногах; скачки на левой и правой ноге; маховые движения ног в прыжках в длину и в высоту, определение толчковой ноги, постановка толчковой ноги, ритм последних трех шагов, маховые движения рук в прыжках в длину, отталкивание, приземление; прыжки в длину способом «согнув ноги». Различные прыжки с доставанием предметов головой, ногой и рукой.

Метание. Общее ознакомление с техникой метания, держание снаряда теннисного мяча, исходное положение для метания, отведение снаряда, скрестный шаг, метание мяча с 1—3—5—7 шагов. Толкание ядра (ознакомление), толкание одной рукой вверх, вперед — вверх при держании его на весу. Упражнения с набивными мячами: перебрасывание и толкание в парах из различных положений (стоя, лежа, сидя); метание различными способами — снизу вперед, снизу через себя назад, вперед из-за головы двумя руками; толкание набивного мяча с места вверх, вперед, стоя лицом и боком в сторону толчка.

Практика: упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения; - прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие;

- силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног;
- гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза;
- упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекааты, кувыррки, стойки; - подвижные игры и эстафеты.

Формы контроля: зачет, выполнение норм ГТО

Раздел №4 Подвижные игры с элементами легкой атлетики» (14 часов)

Теория. *Подвижные игры.* Эстафеты встречные и по кругу, в том числе с преодолением препятствий: «Перестрелка», «Удочка», «Мяч капитану», «Лапта», «Пионербол», «Третий лишний», «Не давай мяч водящему», «Четыре мяча».

Баскетбол. Ведение мяча, ведение с изменением направления; ловля двумя руками мяча, летящего навстречу и сбоку на уровне груди; передача мяча двумя руками от груди после ловли на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте. Перемещение в стойке защитника вперед, в стороны и назад; умение держать игрока с мячом и без мяча Тактика нападения выбор места и умение открыться для получения мяча, целесообразное применение техники передвижения. Броски мяча с места под углом к корзине, с отражением от щита. Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

Подвижные игры. Эстафеты встречные и по кругу, в том числе с преодолением препятствий: «Перестрелка», «Удочка», «Мяч капитану», «Лапта», «Пионербол», «Не давай мяч водящему», «Четыре мяча» и др.

Практика. Игры с бегом: «Знамя», « Жмурки», « Ловишки», « Выручай!», «Выше ноги от земли», «Лапта», эстафеты. Игры с прыжками: «Кузнечики», « Прыжки по полоскам», «Перемена мест», «Удочка», «Бой петухов»

Игры с метанием: «Кто дальше бросит», «Невод», «Гонка мячей по кругу», «Мяч среднему», Мяч капитану, «Пионербол», Не давай мяч водящему», «Четыре мяча» **Формы контроля:** соревнования, игры, выполнение норм ГТО

2.6.Планируемые результаты:

личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности; **метапредметные результаты** – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Познавательные

- 1) овладение способностью принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) использование различных способов поиска(всправочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации;

4) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинноследственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям **Регулятивные**

1) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

2) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха исследовательской деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; 3) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

Коммуникативные готовность слушать собеседника и вести диалог; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

3. Комплекс организационно-педагогических условий:

3.1. Календарный учебный график

Таблица 1

№ п/п	Год обучения, уровень	Дата начала занятия	окончания занятия Дата	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятия	Нерабочие дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	2024, базовый	02.09.2024	26.05.2025	36	36	72	14.20-15.00	-	По полугодиям-

3.2. Учебный план

Таблица 2

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел №1 «Введение»	6	6	-	Зачет, тест
2.	Раздел №2 Общая физическая и специальная подготовка.	31	-	31	Зачет, выполнение норм ГТО
3.	Ознакомление с отдельными элементами техники ходьбы, бега, прыжков и метаний.	17	-	17	Зачет, выполнение норм ГТО
4.	Раздел №4 Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	14		14	Зачет, выполнение норм ГТО
	Всего	72			

3.3. Оценочные материалы

Программа включает систему контролирующих материалов (тестовые материалы, диагностические карты) для оценки освоения учащимися планируемого результата, представленного в виде перечня действий учащихся как целей-результатов обучения. Количество контролирующих материалов определяется учебно-методическим планом. Уровень усвоения материала выявляется в беседах, наблюдениях, играх, соревнованиях. Наиболее подходящая форма оценки – соревнования. Она позволяет справедливо и объективно оценить работу каждого, сравнить, сделать соответствующие выводы, порадоваться не только своей, но и общей удаче. В течение всего периода обучения педагог ведет индивидуальное наблюдение за спортивным развитием каждого учащегося. Занятия не предполагают отметочного контроля знаний, поэтому целесообразнее применять различные критерии, такие как:

- текущая оценка достигнутого самим ребенком;
- оценка законченной работы;
- участие в соревнованиях.

Формы фиксации результатов

1. Диагностика «Оценка уровня мотивации школьников к занятиям физической культурой» (по методике Н.Г.Лускановой);
2. Диагностика: «Какое место занимает физкультура в вашей семье» (по методике А.В.Мячниковой);
3. Диагностическая карта результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы «Легкая атлетика»;
4. Протокол при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (III и IV ступень);
5. Бланки тестовых заданий по темам программы.

3.4. Формы аттестации

Аттестация учащихся проводится в соответствии с учебным планом ОО. Оценка уровня освоения дополнительной программы проводится посредством входного, текущего, промежуточного и итогового контроля

Входной контроль по данной программе осуществляется в начале года обучения (сентябрь) в форме тестирования. Он служит для диагностики сформированности базовых навыков по изучаемому предмету.

Текущий контроль оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств обучающихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года. Используются опросы, наблюдение, соревнования физкультурно-спортивной направленности различных уровней (школьных, муниципальных и региональных), сдача установленных нормативов, зачётов, контрольные задания (общие, индивидуальные).

Промежуточный контроль оценка уровня и качества освоения обучающимися Программы по итогам изучения раздела. Используется в форме соревнований.

Итоговый контроль проводится по завершению всего объема дополнительной программы в форме тестирования и соревнования учащихся.

Итоговая аттестация **практической** подготовки обучающихся проводится в форме: соревнований.

Итоговая аттестация **теоретической** подготовки обучающихся проводится в форме вопросно– ответного собеседования в группе.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

видеозапись, грамота, диплом, дневник наблюдений, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, материалы анкетирования и тестирования, аналитический материал по итогам проведения диагностики, протоколы школьных и районных соревнований.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: игра, соревнование, портфолио, праздник.

3.5. Методическое обеспечение

При реализации данной Программы используются:

- **современные педагогические технологии** -информационно-коммуникационная технология развивающего обучения, здоровьесберегающие технологии, игровые технологии, технология группового обучения, технология индивидуального обучения.
- **методы обучения** - словесный, объяснительно-иллюстративный, наглядный, практический, репродуктивный, игровой и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация)
- **особенности и формы организации образовательного процесса** - индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая, с использованием дистанционных образовательных технологий, в условиях сетевого взаимодействия
- **тип учебного занятия по дидактической цели:** вводное занятие, занятие ознакомления с новым материалом, занятие по закреплению изученного; занятие по применению знаний и умений; занятие по углублению знаний, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированное занятие;
- **формы учебного занятия по особенностям коммуникативного взаимодействия:** практическое занятие, представление, презентация, защита проектов, спортивные соревнования, спортивные игры

Алгоритм учебного занятия

1. Организационный этап

1. Организация учащихся на начало занятия.
2. Повторение техники безопасности при работе с инструментами.
3. Подготовка учебного места к занятию.

II. Основной этап

1. Повторение учебного материала предыдущих занятий. Тематические беседы.
2. Освоение теории и практики нового учебного материала.
3. Выполнение практических заданий, упражнений по теме разделов.

4. Дифференцированная самостоятельная работа.
5. Анализ самостоятельных работ. Коррекция возможных ошибок.
6. Мини-выставка готовых работ.
7. Регулярные физкультминутки и упражнения для глаз.

III. Завершающий этап

1. Рефлексия, самоанализ результатов.
2. Общее подведение итогов занятия.
3. Тематические мини-выставки.
4. Мотивация учащихся на последующие занятия.

Методическое обеспечение Программы

Таблица 3

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактические и методические материалы
1	Раздел №1 «Введение»	Правила техники безопасности, тесты, раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, рабочие тетради, вопросы и задания для самостоятельной работы
2.	Раздел №2 Общая физическая и специальная подготовка.	Правила техники безопасности, тесты, таблицы, раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, рабочие тетради, вопросы и задания для самостоятельной работы
3.	Ознакомление с отдельными элементами техники ходьбы, бега, прыжков и метаний.	Учебные карточки: «Бег на выносливость», Барьерный бег», «Прогрессивный бег на выносливость»
4.	Раздел №4 Подвижные игры с элементами легкой атлетики.	Правила игры, учебные карточки: «Соревнования. Формула виража»

3.6. Условия реализации Программы

- **материально-техническое обеспечение:** занятия по кружку «Лёгкая атлетика» проводятся на базе МКОУ «Банинская ООШ» в спортивной комнате, а также на свежем воздухе Температурный режим в спортивной комнате поддерживается в норме. Для обеспечения проветривания все окна легко открываются. **перечень оборудования:** скамейка гимнастическая, бревно гимнастическое, мячи футбольные, мячи волейбольные, канат для лазания, мат гимнастический, щит для метания, мяч для метания, ворота для минифутбола, турники, подъёмная лестница, видео и фото приборы, инструкции по технике безопасности **информационное обеспечение** - демонстрационный комплекс, включающий в себя: интерактивную доску(или экран), мультимедиа проектор, персональный компьютер с установленным программным обеспечением, наличие локальной сети доступа к сети Интернет.

кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования, имеющий среднее педагогическое образование

4. Рабочая Программа воспитания

Рабочая программа воспитания предназначена для группы учащихся, а также их родителей (законных представителей) детского объединения «Юный эколог» естественно- научной направленности в возрасте 12-17 лет. Данная программа воспитания рассчитана на один год обучения. Количество учащихся в учебной группе составляет 10 человек. Формы работы с учащимися - индивидуальные и групповые.

Цель, задачи и результаты воспитательной работы

Цель воспитательной Программы: создание психологически комфортного культурнообразовательного пространства для подготовки разносторонне развитой личности гражданина, способной ориентироваться в системе ценностей, в потребностях современной жизни, адаптироваться в новых социально-экономических условиях, осуществлять непрерывное самообразование, личностно самосовершенствование, используя потенциал свободного времени.

Для достижения этой цели решаются следующие **задачи** воспитания:

- организация активной, творческой жизнедеятельности детей и подростков;
- развитие ключевых компетенций, необходимых в учебной деятельности;
- активное использование в воспитательной системе возможности ближайшего социума;
- развитие внутренней мотивации подростка;
- формирование ценностно-смыслового равенства ребенка и взрослого – взрослый лишь создает условия, решение принимает сам подросток;
- пропаганда коллективного характера деятельности, удовлетворяющего потребность в общении, проявлении и утверждении себя, готовности прийти на помощь друзьям; - формирование благоприятного для личностного развития ребенка, подростка эмоциональный климат;
- социальная поддержка воспитанников, ориентирующая их на преодоление трудностей, вхождение в социум, сотрудничество с родителями.

Основные направления.

Воспитание в рамках программы предполагает следующие направления:

- 1) Художественно-эстетическая деятельность
 - 2) Познавательная деятельность
 - 3) Социально-значимая деятельность
 - 4) Духовно-нравственная деятельность 5) Культура безопасности жизнедеятельности
- Воспитательная работа реализуется через:

- традиционные дела;
- целевые воспитательные программы;
- районные целевые программы, реализуемые на базе учреждения;
- участие в районных и областных программах;
- работа с родителями;

- работа с детским коллективом.

Формы, методы, технологии воспитательной работы

Формы: выставка, мастерская, практическая работа, конкурсы лучших работ.

Методы (метод определяется как «путь» способ деятельности педагога): в воспитательной деятельности используются следующие группы методов:

- убеждение, упражнение, поощрение и наказание;
- организация детского коллектива, убеждение и стимулирование;
- убеждение (словесное разъяснение, требование, дискуссия), организация деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, требование), стимулирование поведения (оценка, самооценка, похвала, поощрение, наказание и т. п.);
- разностороннее воздействие на сознание, чувства и волю учащихся (беседа, диспут, метод примера, убеждение и т. п.); организация деятельности и формирование опыта общественного поведения (педагогическое требование, общественное мнение, приучение, упражнение, поручение, создание воспитывающей ситуации); регулирование, коррекция и стимулирование поведения и деятельности (соревнование, поощрение, наказание, оценка); **Способы проверки ожидаемых результатов:**
- Анализ подготовки и проведения мероприятий с применением дистанционных форм организации.
- Количественные показатели (количество проведённых мероприятий, охват участников, охват зрителей).
- Социальные показатели (заинтересованность учащихся, педагогов и родителей).
- Учёт запроса проводимых традиционных мероприятий в онлайн режиме.

Работа с коллективом учащихся

Работа с коллективом учащихся детского объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала учащихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями

Работа с родителями учащихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения;
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.
- организация консультаций педагога психолога с родителями учащихся

5. Календарный план воспитательной работы

Таблица 4

№ п/п	Название мероприятия	Уровень	Ответственный	Срок реализации
1.	Фестиваль ГТО. Мониторинг ФП – 1 этап	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	сентябрь
2.	Лёгкоатлетический кросс	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	октябрь
3.	Мини - футбол	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	ноябрь
4.	Соревнования по лыжным гонкам «Новогодняя гонка»	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	декабрь
5.	Соревнование по лыжным гонкам за переходящий «Кубок Кичигина»	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	январь
6	Соревнование по лыжным гонкам за переходящий «Кубок Кичигина»	Муниципальный	Курдамосов В.А.	январь
7.	Спортивное многоборье «Кубок Бабкина»	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	февраль
8	Спортивное многоборье «Кубок Бабкина»	Муниципальный	Курдамосов В.А.	февраль
9	Внутришкольное многоборье	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	март
10	Олимпийский день бега	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	апрель
11.	Фестиваль ГТО. Мониторинг ФП – 2 этап	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	май
12	Лапта	Внутриучрежд.	Курдамосов В.А.	июнь

6. Список литературы

Список литературы, рекомендованной педагогам:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-9 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2013 Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)
2. Пособия Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2014г.

Список литературы, рекомендованной обучающимся :

1. Былеева Л.Л. «Подвижные игры». М. 2012г.

Список литературы, рекомендованной родителям :

- 1.Вамк Б.В. «Тренерам юных легкоатлетов». М. 2013г
- 2.Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Москва, 2012.
3. В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. Планирование и организация занятий. М. :Дрофа, 2014. С. – 3312003.
4. Лыхов В.И. «Судейство соревнований по легкой атлетике». М. 2008г. Попов В. Б. «Прыжки в длину». М.2016г

7. Приложения

Календарно-тематическое планирование

Таблица 5

№п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма/тип занятия	Место проведения
1	Вводное занятие.	1	Беседа, самостоятельная работа с источниками информации.	Спортивная комната
2	История развития легкоатлетического спорта.	1	Беседа, самостоятельная работа с источниками информации.	Спортивная комната
3	Гигиена спортсмена и закаливание.	1	Беседа, самостоятельная работа с источниками информации.	Спортивная комната
4	Места занятий, их оборудование и подготовка.	1	Беседа, самостоятельная работа с источниками информации.	Спортивная комната

5	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой.	1	Беседа, самостоятельная работа с источниками информации.	Спортивная комната
6	Ознакомление с правилами соревнований.	1	Беседа, самостоятельная работа с источниками информации.	Спортивная комната
7-9	Строевые упражнения	3	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
10-11	Прыжки в длину с разбега.	2	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
12	Метание мяча на дальность.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка

13	Специальные беговые упражнения.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
14	Прыжок в длину на результат.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
15	Бег 1500 м.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
16	Развитие выносливости.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
17	Кроссовая подготовка.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
18	Преодоление горизонтальных препятствий.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
19-22	Прыжки в длину с места	4	Практическое занятие	Спортивная комната
23-26	Гимнастические упражнения	4	Практическое занятие	Спортивная комната
27-29	Упражнения на шведской лестнице	3	Практическое занятие	Спортивная комната
30-33	Строевые упражнения.	4	Практическое занятие	Спортивная комната
34	Переход с шага на месте в ширину.	1	Практическое занятие	Спортивная комната
35-36	Подтягивание в висе.	2	Практическое занятие	Спортивная комната
37-39	Гимнастические упражнения. Стойка на лопатках	3	Практическое занятие	Спортивная комната
40-43	Гимнастические упражнения. Кувырки вперед назад	4	Практическое занятие	Спортивная комната

44-46	Гимнастические упражнения. Лесенка	3	Практическое занятие	Спортивная комната
47-48	Переход с шага на месте в ширину. Кувырки вперед назад.	2	Практическое занятие	Спортивная комната
49	ОРУ. Совершенствование техники эстафетного бега. Подвижные игры.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
50-51	Спортивные игры с прыжками	2	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
52	Метание набивных мячей 1 кг. Спортивная игра минифутбол	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
53	Кросс 2000м	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
54	Контрольный урок: бег 60 м.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка

55	Подвижные игры на развития быстроты	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
56	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
57	Развитие гибкости. ОРУ на гибкость. Подвижные игры.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
58	Прыжок в длину с разбега. Спортивная игра минифутбол	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
59	Прыжок в высоту «перекидной». Спортивная игра минифутбол	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
60	Метание мяча, гранаты: с места и с разбега. На дальность и в цель. Спортивная игра минифутбол	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
61	Кросс 1000м Спортивная игра лапта	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка

62	ОФП. Составление ОРУ на гибкость. Спортивная игра лапта	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
63	Специальные беговые упражнения. ОФП. Спортивная игра лапта	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
64	Специальные беговые упражнения. ОФП. Спортивная игра лапта	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
65	Спортивные игры с прыжками	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
66	Соревнования в кружке итоги года. Короткие дистанции и прыжок в длину.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
67	Бег в чередовании с ходьбой (смешанное передвижение)	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
68	Соревнования в кружке итоги года. Средние дистанции. Спортивная игра футбол.	1	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка
69-72	Спортивная игра футбол.	4	Практическое занятие	Спортивная школьная площадка