

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
центр образования №1 г. Пензы

ОДОБРЕНА
Методическим
объединением
МБОУ центр образования
№1 г. Пензы
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МБОУ центр образования
№1 г. Пензы
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
МБОУ центр образования №1 г.
Пензы
О.В. Бирюзова
Приказ №3/120 от «02» 09. 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно- спортивной направленности
«Спортивный Олимп»

Возраст учащихся: 12– 17лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Малов Максим Юрьевич
педагог дополнительного образования

г. Пенза, 2024г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Спортивный Олимп**»

- по содержанию является физкультурно-спортивной
- по уровню освоения – ознакомительной
- по форме организации - очной, групповой,
- по степени авторства – модифицированной.

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно - правовыми документами:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);
- Устав МБОУ МБОУ центр образования №1 г. Пензы;
- «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ центр образования №1 г. Пензы».

Актуальность программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования. В связи с этим программа разработана с учетом психологического комфорта и ценности каждой индивидуальной личности, индивидуальных психофизических особенностей учащихся, для формирования творческой деятельности и самореализации личности.

Новизна и отличительные особенности данной программы от уже существующих программ в этой области заключаются в то, что: посредством увеличения занятий физической культурой, в том числе в игровой форме, достигается всестороннее развитие

школьника. Так же новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности. Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности. Следует отметить, что в рамках работы объединения “Спортивный Олимп” входит детское общественное объединение школьный спортивный клуб “Горизонт”.

Направленность программы – физкультурно-спортивная, объединение общей физической подготовки.

Педагогическая целесообразность программы объясняется позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «ОФП», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Адресат программы:

Обучающиеся 12-17 лет. Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей и направлена на подготовку к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепления всех мышц, которые способствуют координации движений. Количество обучающихся в группе 15 человек.

Объем и сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения, с общим количеством часов 144

Форма реализации образовательной программы очная. Основной формой обучения является занятие.

Режим проведения занятий соответствует возрасту учащихся:

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (1 учебный час- 45 мин.)

Особенности организации образовательного процесса

Уровень обучения.

Ознакомительный (1 год обучения)

Практическое знакомство воспитанников объединения с особенностями содержания программы, с формами и методами обучения, с использованием технологий по общей физической подготовки.

Разделы (курсы)

Программа “Спортивный Олимп” состоит из следующих разделов: из водного занятия, из разделов занятий по легкой атлетике, гимнастике, настольному теннису, лыжной подготовке, пулевой стрельбе, футболу, волейболу, баскетболу.

Цель программы:

Овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах.

Задачи:

- обучение технических и тактических приёмов спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики с элементами акробатики;
- обучение простейшим организационным навыкам, необходимым понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту:
- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями;
- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;
- создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья;
- обучение основам физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.
- воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

Ожидаемые результаты освоения программы

Учащиеся будут знать: комплексы общеразвивающих упражнений; основные правила подвижных и спортивных игр; правила соревнований по легкой атлетике; особенности развития физических способностей на занятиях.

Учащиеся будут уметь: выполнять бег на короткие и длинные дистанции на время; выполнять прыжок в длину с места; выполнять кросс без учета времени; выполнять поднимание туловища за 30 сек; выполнять общеразвивающие упражнения; выполнять базовые элементы спортивных игр.

Предметные:

- ❖ Теория (учащиеся будут знать)
- ❖ Практика

Метапредметные:

- ❖ Познавательные (будут уметь)
- ❖ Регулятивные (будут уметь)
- ❖ Коммуникативные

Личностные (будут сформированы навыки и приемы владения

Учебный план

№	Наименование разделов	Количество во часов	Уровни обучения
			Ознакомительный

		всего	уровень	
			1 год	
1	Введение	4		
2	Легкая атлетика	16	16	
3	Гимнастика	20	20	
4	Настольный теннис	14	14	
5	Лыжи	16	16	
6	Пулевая стрельба	24	24	
7	Волейбол	22	22	
8	Футбол	16	16	
9	Баскетбол	12	12	
	Итого часов	144	144	

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Всего часов	Из них		Форма контроля
			теория	практика	
1	Введение	4	4	-	
	Значение физической культуры и спорта. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.	2	2	-	Контрольные испытания
	Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь	2	2	-	Контрольные испытания
2	Лёгкая атлетика	16	-	16	Контрольные испытания
	Медленный бег. Бег на короткие дистанции	2	-	2	Контрольные испытания
	Эстафетный бег	2	-	2	Контрольные испытания
	Кросс 500 метров	2	-	2	Контрольные испытания
	Кросс 1000 метров	2	-	2	Контрольные испытания
	Прыжки в длину с разбега	2	-	2	Контрольные испытания
	Прыжки в высоту с разбега	2	-	2	Контрольные испытания
	Метание гранаты в цель на дальность	2	-	2	Контрольные испытания
	Контрольные испытания, соревнования	2	-	2	Контрольные испытания
3	Гимнастика.	20	-	20	Контрольные испытания
	Строевые упражнения	2	-	2	Контрольные испытания

	Общеразвивающие упражнения без предметов	4	-	4	Контрольные испытания
	Общеразвивающие упражнения с партнёром	2	-	2	Контрольные испытания
	Общеразвивающие упражнения на гимнастических снарядах	4	-	4	Контрольные испытания
	Акробатические упражнения	2	-	2	Контрольные испытания
	Преодоление полосы препятствий	2	-	2	Контрольные испытания
	Выполнение гимнастических упражнений	2	-	2	Контрольные испытания
	Контрольные испытания, соревнования	2	-	2	Контрольные испытания
4	Настольный теннис	14	-	14	Контрольные испытания
	Чередование приёмов игры по заданным квадратам	2	-	2	Контрольные испытания
	Чередование и сочетание 2-3 различных приёмов игры по заданным квадратам	4	-	4	Контрольные испытания
	Контрудары	2	-	2	Контрольные испытания
	Тактика парной игры	2	-	2	Контрольные испытания
	Варианты тактики парной игры	2	-	2	Контрольные испытания
	Контрольные соревнования	2	-	2	Контрольные испытания
5	Лыжи.	16	2	14	Контрольные испытания
	Техника безопасности	2	2	-	Контрольные испытания
	Сочетание лыжных ходов	6	-	6	Контрольные испытания
	Основные элементы тактики лыжных гонок	6	-	6	Контрольные испытания
	Лыжная гонка 3-5 км.	2	-	2	Контрольные испытания
6	Пулевая стрельба (пневматич. винтовка)	24	-	24	Контрольные испытания
	Техника безопасности при стрельбе из ПВ (из пневматической винтовки)	2	2		Контрольные испытания
	Подготовка к стрельбе, правила ухода за оружием	2	-	2	Контрольные испытания
	Изготовка для стрельбы из положения лежа.	4	-	4	Контрольные испытания
	Стрельба из положения лежа	6	-	6	Контрольные испытания
	Изготовка для стрельбы из положения стоя	2	-	2	Контрольные испытания
	Стрельба из положения стоя	6	-	6	Контрольные

					испытания
	Участие в соревнованиях	2	-	2	
7	Волейбол	22	-	22	Контрольные игры,
	Перемещение из стойки. Передача мяча сверху двумя руками	4	-	4	Контрольные испытания
	Приём мяча снизу двумя руками	2	-	2	Контрольные испытания
	Отбивание мяча в прыжке	2	-	2	Контрольные испытания
	Нижняя прямая подача	2	-	2	Контрольные испытания
	Нападающий удар	2	-	2	Контрольные испытания
	Тактические действия в нападении	2	-	2	Контрольные испытания
	Тактические действия в защите	4	-	4	Контрольные испытания
	Учебные игры	2	-	2	Контрольные испытания
	Контрольные игры. Судейская практика	2	-	2	Контрольные испытания
8	Футбол (юноши)	16	-	16	Контрольные испытания
	Удары на точность, силу, дальность	2	-	2	Контрольные испытания
	Остановки мяча	2	-	2	Контрольные испытания
	Ведение мяча. Финты.	2	-	2	Контрольные испытания
	Отбор мяча	2	-	2	Контрольные испытания
	Расстановка игроков. Тактика игры в нападении. Судейская практика	2	-	2	Контрольные испытания
	Тактика игры в защите. Судейская практика	2	-	2	Контрольные испытания
	Групповые и командные действия	2	-	2	Контрольные испытания
	Соревнования с командами других кружков (или друг с другом)	2	-	2	Контрольные испытания
9	Баскетбол	12	1	11	Контрольные испытания
	Правила игры. Передвижения	2	1	1	Контрольные испытания
	Передача мяча двумя руками от груди и ловля мяча двумя руками на месте и в движении. Ведение мяча	2	-	2	Контрольные испытания
	Передача мяча одной рукой от плеча и двумя руками сверху. Ведение мяча	2	-	2	Контрольные испытания
	Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой. Штрафной бросок.	2	-	2	Контрольные испытания

Инструкторская практика				
Перехват, вырывание, забивание мяча.	2	-	2	
Участие в соревнованиях	2	-	2	
Итого	144	11	133	

Содержание

1. Введение (4 часа)

Значение физической культуры и спорта. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль. Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.

2. Лёгкая атлетика (16 часов)

Совершенствование навыков медленного бега, бега на короткие дистанции, эстафетного бега, кросс в 500 м, кросс в 1000 м, прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту с разбега, метание гранаты в цель на дальность.

Контрольные испытания. Соревнования.

Теория: Техника безопасности, техника выполнения бега, правило эстафетного бега, техника выполнения метания гранаты.

Практика: бег 500м, 1000м, метание гранаты.

Контроль: Контрольные забеги на занятиях, метание гранаты на дальность, прыжок в длину с разбега

3. Гимнастика (20 часов)

Строевые упражнения (4 часа)

Теория: основные строевые приёмы, построения и перестроения, передвижения размыкания и смыкания, теоретические основы выполнения упражнений на гимнастических снарядах, знакомство с этапами полосы препятствий

Практика: выполнение строевых упражнений.

Общеразвивающие упражнения без предметов, выполнение упражнений

Общеразвивающие упражнения с партнёром. выполнение упражнения,

Общеразвивающие упражнения на гимнастических снарядах, выполнения упражнений.

Акробатические упражнения (2 часа)

Теория: демонстрация упражнений:

-упоры (присев, лежа, согнувшись);

-седы (на пятках, углом);

-группировка, перекаты в группировке;

-стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);

-кувырок вперед (назад);

-«мост» из положения лежа на спине, «шпагаты» и складки;

-начальное обучение акробатическим прыжкам, выполнения упражнений.

Преодоление полосы препятствий, преодоления полосы препятствия на время.

Выполнение гимнастических упражнений

Повторение пройденных упражнений.

Контрольные испытания, соревнования.

Контроль: Контрольные испытания на гимнастических снарядах, правильность выполнения упражнений (кувырок вперёд назад, согнувшись, мост, стойка на лопатках)

4. Настольный теннис (14 часов)

Теория: изучение правил, технико-тактических приёмов игры.

Практика: совершенствование полученных знаний на практике, игры в настольный теннис.

Контроль: правило игры в настольный теннис, проверяем изученные тактические приёмы в нападении и в защите, соревнования.

5. Лыжи (16 часов)

Техника безопасности (2 часа)

Теория: поведение на улице во время движения к месту занятия и на учебно-тренировочном занятии. Правила обращения с лыжами и лыжными палками на занятии. Транспортировка лыжного инвентаря. Правила ухода за лыжами и их хранение. Индивидуальный выбор лыжного снаряжения. Значение лыжных мазей. Подготовка инвентаря к тренировкам и соревнованиям. Особенности одежды лыжника при различных погодных условиях. Сочетание лыжных ходов (6 часов). понятие техники и тактики лыжника-гонщика. Классификация техники способов передвижения на лыжах. Краткие сведения о тактическом применении различных способов передвижения на лыжах. Взаимосвязь техники и тактики в процессе совершенствования лыжника.

Практика: строевые упражнения на лыжах. Строевая стойка с лыжами в руках и на лыжах. Выполнение строевых команд, перестроения, переноска лыж и палок под рукой на плече. Способы поворотов на месте: переступанием (вокруг пяток лыж, вокруг носков лыж), махом через лыжу, прыжком без опоры на палки. Игровые задания: кто лучше на снегу нарисует веер или снежинку; кто выполнит поворот прыжком на большой угол. Передвижение ступающим шагом по неглубокому и глубокому снегу; по пологому склону (2 - 4°) прямо; обходя деревья, кусты и другие препятствия. Передвижение скользящим шагом без палок, с палками, держа их за середину, заложив руки за спину (на равнине и под небольшой уклон). Выполнение техники лыжных ходов. Основные элементы тактики лыжных гонок (6 часов). Лыжные гонки 3-5 км (2 часа). Упражнения для оценки разносторонней физической подготовленности (общей выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей); участие в соревнованиях по ОФП и по лыжным гонкам на дистанциях 3-5 км.

Теория: значение правильной техники для достижения высоких спортивных результатов. Основные классические способы передвижения на равнине, пологих и крутых подъемах, спусках. Стойка лыжника, скользящий шаг, повороты, отталкивание ногами, руками при передвижении попеременным двушажным и одновременными ходами. Типичные ошибки при освоении общей схемы попеременного двушажного и одновременных лыжных ходов. Отличительные особенности конькового и классического способов передвижения на лыжах.

Контроль: правила техники выполнения лыжных ходов, попеременный, двухшажный ход, одношажный ход, коньковый ход, прохождение дистанции 3 км и 5 км
6. Пулевая стрельба (24 часа)

Техника безопасности при стрельбе (2 часа)

Теория: знание основ теории стрельбы – фундамент подготовки стрелка. Это значит, что получая первоначальные знания, стрелки должны иметь представление о физической культуре и спорте, о значении для стрелка физической, морально-волевой и психологической подготовленности, ознакомиться с историей пулевой стрельбы. Важно усвоить необходимость неукоснительного соблюдения мер безопасности, знать из каких видов оружия выполняются различные упражнения, правила соревнований; твердо усвоить общие основы техники выполнения выстрела, сведения о баллистике, гигиене, профилактике заболеваний. Подготовка к стрельбе, правила ухода за оружием (4 часа), общая физическая подготовка. Прежде чем приступить к изучению основ технической подготовки стрелка, новички должны узнать и твердо запомнить главное – правила поведения в местах занятий стрельбой и меры безопасности при обращении с оружием. Неукоснительно соблюдать их обязан каждый, кто берёт в руки оружие. Усвоение знаний проверяется и оценивается. Правила ухода за оружием. Основные техники выполнения выстрела

Изготовка для стрельбы из положения лёжа (2 часа). правила безопасности при стрельбе из положения лежа,

основы технической подготовки стрелка, правила поведения в местах занятий стрельбой и меры безопасности при обращении с оружием. Правила ухода за оружием. Основные техники выполнения выстрела
Стрельба из положения лёжа (6 часов)

Практика:

Техника стрельбы из положения лёжа
Изготовка для стрельбы из положения стоя (2 часа)

Теория: правила безопасности при стрельбе из положения стоя, основы технической подготовки стрелка, правила поведения в местах занятий стрельбой и меры безопасности при обращении с оружием. Правила ухода за оружием. Основные техники выполнения выстрела
Стрельба из положения стоя (6 часов)

Техника стрельбы стоя

Участие в соревнованиях (2 часа)

Участие в командных играх.

Контроль: Умение владеть винтовкой ,правило поведения в местах занятий стрельбой,стрельба из положения стоя

7.Волейбол (22 часа)

Теория: изучение правил, тактических приемов игры

*Практика:*Физическая подготовка. Учебные игры.

Контроль: нижняя подача,верхняя подача,блок ,приём мяча ,общие навыки игры

8.Футбол (16 часов)

Теория: изучение правил, тактических приемов игры

Практика: удары по мячу ногой (правой и левой) на месте и в движении, удары после остановки; ведение мяча, остановка мяча; простейшие навыки командной борьбы, учебные игры.

Контроль:Знание изученных тактических и технических приемов и умение применять их на практике. Умение индивидуально обыгрывать своего опекуна, умение владеть различными видами ударов.

9.Баскетбол (12 часов)

Теория: правила, тактические приемы и основные элементы техники передвижения игрока по площадке в баскетболе.

Практика:Физическая подготовка. Учебные игры.

Контроль: знание тактических приёмов в баскетболе,общие навыки игры

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов по годам	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
--------------	------------------------------	----------------------	-------------------------	--------------

	обучения			
1	144	36	72	2 занятия по 2 часа

Формы аттестации и система оценки результативности обучения по программе

Формы аттестации: наблюдение, опрос, тестирование, контрольное задание, итоговое занятие, соревнование, турниры.

Для оценивания результативности обучения по программе используются следующие показатели: теоретическая подготовка учащихся, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки (метапредметные результаты), личностное развитие учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы.

Применяется 10- бальная шкала (низкий уровень: 1 – 3 балла, средний уровень: 4 – 7 баллов, высокий уровень: 8 – 10 баллов).

Оценивание результативности обучения проводится: входная аттестация 1–2 недели учебного года, промежуточная аттестация 15–16 недели и 34–35 недели учебного года. По итогам реализации программы проводится итоговая аттестация.

Контрольно- измерительные материала

Критерии оценки:

1 год обучения

Учащиеся будут знать: комплексы общеразвивающих упражнений; основные правила подвижных и спортивных игр; правила соревнований по легкой атлетике; особенности развития физических способностей на занятиях.

Учащиеся будут уметь: выполнять бег на короткие и длинные дистанции на время; выполнять прыжок в длину с места; выполнять кросс без учета времени; выполнять поднимание туловища за 30 сек; выполнять общеразвивающие упражнения; выполнять базовые элементы спортивных игр.

Критерии оценки реализации программы

		Наименования критерия
Предметные	Теория	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям
	Практика	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям
Метапредметные		Самостоятельность в решении познавательных задач, умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку, самостоятельность в решении коммуникативных задач
Личностные		Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению

Оценочные материалы

Оценивание предметных результатов обучения по программе:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)
Теоретические знания по основным разделам программы	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.	Учащийся овладел менее чем половиной знаний, предусмотренных программой	Объем усвоенных знаний составляет более Error! Reference source not found.	Учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Контрольное задание	Практические умения и навыки неустойчивые, требуется постоянная помощь по их использованию	Овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой, применяет их под руководством педагога	Учащийся овладел в полном объеме практическим и умениями и навыками, практические работы выполняет самостоятельно, но, качественно

Оценивание метапредметных результатов обучения по программе:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)

Учебно-познавательные умения	Самостоятельность в решении познавательных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет работу с помощью педагога	Учащийся выполняет работу самостоятельно, не испытывает особых затруднений
Учебно-организационные умения и навыки	Умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в анализе правильности и выполнения учебной задачи, собственные возможности и оценивает с помощью педагога	Учащийся испытывает некоторые затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, не всегда объективно осуществляет самоконтроль	Учащийся делает осознанный выбор направления учебной деятельности, самостоятельно планирует выполнение учебной задачи и самостоятельно осуществляет самоконтроль
Учебно-коммуникативные умения и навыки	Самостоятельность в решении коммуникативных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в решении коммуникативных задач, нуждается в постоянной помощи и контроле	Учащийся выполняет коммуникативные задачи с помощью педагога и родителей	Учащийся не испытывает трудностей в решении коммуникативных задач, может организовать

			педагога		ать учебное сотрудни чество
Личностные качества	Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению	Наблюдение	Сформировано знание на уровне норм и правил, но не использует на практике	Сформированы, но не достаточно актуализированы	Сформированы в полном объеме

Условия реализации программы

Материально-технические ресурсы:

1. Используемый инвентарь: гимнастические палки, скамейки, обручи, скакалки; набивные мячи 1-2 кг; эстафетные палочки; баскетбольные, волейбольные и футбольные мячи. Снаряды: малые мячи 150 грамм, гранаты 300 грамм. Оборудование: барьеры, гимнастические маты, гимнастический мост, шведская стенка, высокая и низкая перекладины, теннисный стол.
2. Спортивный зал для занятий
3. Тренажерный зал
4. Пришкольный участок для занятий (футбольное поле, волейбольная площадка)

Кадровые ресурсы: педагог дополнительного образования.

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительной общеобразовательной программы: видеоуроки упражнений по общей физической подготовки, видеозарядки в выходные дни, уроки тренировок.

Воспитательная работа

Приоритетной задачей в сфере воспитания учащихся является развитие высоконравственной личности, разделяющей традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины.

Общая цель воспитания - личностное развитие учащихся, проявляющееся:

- 1) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям;
- 2) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Воспитательная работа в рамках программы «Спортивный Олимп» реализуется в соответствии с календарным планом воспитательной работы, который разрабатывается на основе рабочей программы воспитания МБОУ центр образования №1 включает следующие направления:

- гражданско-патриотическое и правовое воспитание;
- духовно-нравственное, эстетическое воспитание;

- физическое воспитание и формирование культуры здоровья;
- экологическое воспитание;
- волонтерское движение;
- самоуправление;
- детские общественные объединения

Направления воспитательной работы соотносятся с направленностью и содержанием образовательной программы “Спортивный Олимп”.

Список литературы:

Литература для педагогов:

1. Бег на средние и длинные дистанции: Система подготовки / Ф.П.Суслов, Ю.А.Попов, В.Н.Кулаков, С.А.Тихонов; Под ред. В.В.Кузнецова. - М: Физкультура и спорт, 1982.- 176 с.
2. Ивочкин В.В. Нормативные требования и планирование многолетней подготовки юных бегунов на средние дистанции. - М: ВНИИФК, 2003. - С. 86 - 89.
3. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно - оздоровительная работа в школе: Метод. Пособие. - М., 2003. - 128 с.
4. Майфат СП., Малафеева С.Н. Контроль за физической подготовленностью в юношеском возрасте. - Екатеринбург, 2003. - 131 с.
5. Настольная книга тренера. Наука побеждать / Н.Г.Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2006. - 863, [1] с: ил. - (Профессия-тренер).
6. Озолин Н.Г., Травин Ю.Г. Педагогические основы методики обучения легкоатлетическим упражнениям. - М., 1998. - 79 с.
7. Основы знаний по физической культуре: Материалы для поступающих на факультет ОФКиТ БГАФК. / Сост. А.А. Майструк, Н.Н. Кройтер. - Мн., 2003. - 102 с.
8. Травин Ю.Г. Организация и методика занятий легкой атлетикой с детьми, подростками, юношами и девушками. - М., 1995. - 91 с.

Литература для учащихся и родителей:

1. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
- 2.«Подвижные игры», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.
- 3.«Зимние подвижные игры», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.
- 4.«Дружить со спортом и игрой», Г.П.Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.
5. Лях В.И. Мой друг – физкультура. Москва «Просвещение» 2010.
- 6.Физическая культура 5 – 7: учебник для общеобразовательных учреждений. М. Я. Виленский – М.: Просвещение, 2010.
- 7.Физическая культура 8 – 9: учебник для общеобразовательных учреждений. В. И. Лях – М.: Просвещение, 2010.