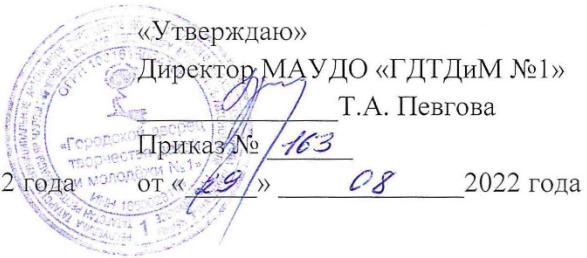


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 01
от « 29 » 08 2022 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БИАТЛОН»**

направленность: физкультурно-спортивная
возраст обучающихся: 7-16 лет
срок реализации: 4 года (792 часа)

автор-составитель:

Романов Иван Николаевич,
педагог дополнительного образования
отдела «Кама»

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2018

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы
Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Биатлон»
3.	Направленность программы	физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Романов Иван Николаевич, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	4 года. 1 год обучения – 144 ч., 2, 3, 4 года обучения – 216 ч.
5.2.	Возраст обучающихся	7-16 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы -форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая групповые занятия с использованием дистанционных технологий
5.4.	Цель программы	формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом через развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей и достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями детей и подростков
5.5.	Формы и методы образовательной деятельности	формы - групповые, индивидуальные, дистанционное изложение материала, виды занятий – изучение учебного материала, практические занятия, в виде соревнований, тестов, викторин, ролевых игр. Методы обучения детей различны – это объяснение, самостоятельная практическая работа детей, рассказ, беседа. Из методов воспитания применяются: метод примера, упражнение, поручение, прямое и косвенное педагогическое требование, метод стимулирования (участие в соревнованиях, многодневных и

		категорийных походах, поощрение), методы контроля и самоконтроля, метод проблемного изложения материала, наглядные, демонстрационно – словесный, практические методы, контроль и самоконтроль, стимулирования и мотивации, инструктивно – репродуктивный. Используется технология створчества и сотрудничества
5.6	Формы мониторинга результативности	оцениваются метапредметные, предметные и личностные результаты. Оценка <i>предметного критерия</i> происходит через измерение показателей освоения образовательных программ. <i>Метапредметный критерий</i> оцениваются через экспертную оценку поведения детей, их решений в условиях походной жизни. Используются методы оценки <i>познавательных, логических и коммуникативных</i> , учебных действий. <i>Личностный критерий</i> определяется через показатели карты личностного развития обучающихся (на начало обучения, окончание 1 года обучения и окончание последующих годов обучения).
5.7	Результативность реализации программы	участие обучающихся в соревнованиях муниципального, республиканского уровней
5.8.	Дата утверждения и последней корректировки программы	26.08.2018 г.- дата разработки программы 26.08.2022 г. - дата утверждения и последней корректировки, внесение изменений, связанных с появлением новой нормативно-правовой документации, утверждена протоколом № 1 педагогического совета Муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные члены «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»
5.9.	Рецензенты	Гараева Анастасия Владимировна, заведующий отделом «Кама» Муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные члены «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»

Пояснительная записка

Биатлон - зимний вид спорта, включающий передвижение на лыжах и стрельбу из винтовки. Именно в сочетании данных компонентов заключается ценность развития биатлона в рамках общеобразовательной школы: лыжные гонки включены в урочные занятия, стрельба из винтовки является средством подготовки учащих кадетских классов, начальной военной подготовки. В данной программе основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных биатлонистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес обучающихся к данному виду спорта.

Биатлон можно по праву назвать одним из самых популярных зимних видов спорта. По сути, это одна из разновидностей лыжных двоеборий, но, так или иначе, биатлон считается самостоятельным видом спорта.

Нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ [15];
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ [16];
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» [17].
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022г. №678-р [3];
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [8];
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [9];
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» [7];
- Приказ Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» [10];
- Постановление главного государственного санитарного врача федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28 об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [6];
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности Дворца от 20.01.2016г.№7729[4];

- Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1» [14].

При проектировании и реализации программы также учитываются:

- Закон Республики Татарстан от 08 июля 1992г. №1560-12 «О государственных языках Республики Татарстан и других языках» (с изменениями, внесенными Законом РТ от 27.04.2017г. №27-ЗРТ) [1];

- Конвенция ООН о правах ребенка [2];

- Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных), Казань, РЦВР, 2022г. [5]

- Приоритетный проект «Дополнительное образование для детей» (протокол от 30.11.2016г. №11) [11];

- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021г. №652н) [12];

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015г. №996-р [13].

Актуальность программы состоит в том, что она отвечает современным вызовам общества, способствует решению таких проблем, как - развитие у детей и подростков гипокинезии – пониженной двигательной активности, что в результате приводит к недостаточному физическому развитию, нарушению функций нервной системы, отрицательно сказывается на формировании личности подростка в целом; - предупреждение детской преступности, вовлечения подростков в неформальные организации, снижение уровня агрессии. Кроме того, необходимо отметить все возрастающую популярность биатлона в нашей стране, как массового вида спорта. Это закономерно привело к резкому росту числа желающих заниматься биатлоном, как на «профессиональном», так и на «любительском» уровне.

Биатлон - сложно - технический вид спорта, поэтому открытие новых отделений сопряжено с большими трудностями, а потребность в них есть.

Все мальчики с детства увлекаются оружием, но сталкиваются они с ним, в лучшем случае, в армии.

Комплексное сочетание в одной программе двух видов спорта - лыжные гонки и стрельба, воспитывает целеустремленность, настойчивость, решительность, смелость, самообладание, повышает устойчивость к длительным нагрузкам.

Учитывая все это, опираясь на интересы детей, была разработана программа «Биатлон».

Педагогическая целесообразность программы

Занятия физическими упражнениями оказывают большое влияние на всестороннее развитие ребенка. Формируется его характер, внутренний мир и черты личности, такие как целеустремленность, дисциплинированность, настойчивость, самостоятельность. В двигательной деятельности формируются навыки самоорганизации, самоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий для достижения результата. Появляется возможность на основе закладывающейся произвольности сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность, инициативу в освоении новых навыков.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Программа «Биатлон» направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психических качеств и способностей, которые позволят осваивать навыки биатлониста.

Новизна программы по биатлону в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя базовые требования в процессе обучения. Она дает возможность детям заняться лыжными гонками с «нуля», а также формирует устойчивое положительное отношение к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего развития гармоничного человека.

Отличительные особенности программы заключаются в:

1. Обеспечении дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста;

2. Повышении внимания психологической подготовке обучающихся: устраниению страха перед сложными упражнениями, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.

3. При реализации программы используются дистанционные образовательные технологии.

Программа реализуется в рамках сетевого взаимодействия на основании соглашения о сотрудничестве в сфере образования и профориентации, учащихся с [Татарстан](#) при содействии которого проводятся соревнования, мастер-классы, учебно-тренировочные семинары.

Цель программы: формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом через развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей и достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями детей и подростков.

Задачи программы:

Обучающие:

- выявить способности и одарённости занимающихся;
- изучить теоретические сведения о биатлоне;
- ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами биатлона.

Развивающие:

- развить психофизические качества обучающихся;
- развить устойчивый интерес к занятиям биатлоном.

Воспитательные:

- воспитать волевые и моральные качества;
- мотивировать на здоровый образ жизни;
- воспитать стойкое положительное отношение к физической культуре в целом.

Адресат программы. Данная программа рассчитана на детей в возрасте 7-16 лет. Количественный состав одной группы 15 человек. Набор детей осуществляется на основе свободного выбора детьми и их родителями (законными представителями), без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений у ребенка.

Срок реализации программы—4 года. Содержание программы составлено с учетом возрастных и психологических особенностей детей 7-16 лет, отражает их интересы и потребности.

Объем программы: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (I год обучения – 144 часа), 3 раза в неделю по 2 часа (II, III, IV год обучения – 216 часов).

Продолжительность занятия – 40 минут, предусматривается 10 - минутный перерыв после 1 часа занятия в помещении и 5- минутный перерыв на природе.

Большое внимание уделяется созданию благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения и укрепления здоровья, формированию необходимых знаний, умений, навыков по ЗОЖ и использованию их в повседневной жизни.

Группы детей набираются без предъявления требований к базовым знаниям, с обязательным предоставлением медицинской справки.

Формы организации образовательного процесса: групповые и индивидуальные занятия, спортивные игры, беседа, гонка патрулей, марш-бросок, профильные лагеря, лыжные эстафеты, пешие и велосипедные походы, тренировочные занятия, велокроссы, соревнования, съемка и обсуждение видеороликов с занятий и соревнований, использование дистанционных образовательных технологий.

Планируемые результаты освоения программы:

Первого года обучения:

- знать основы знаний и умений по технике стрельбы, лёжа с упора и технике передвижения на лыжах классическим ходом.
- развить гибкость и быстроту реакции.
- сформировать мотивационную готовность к соблюдению принципов здорового образа жизни.

Второго года обучения:

- сформировать умения и навыки в технике передвижения на лыжах классических ходов, расширить и углубить знания по технике стрельбы лёжа с упора. Иметь основы знаний и умений по и технике передвижения на лыжах коньковым ходом.
- развить ловкость, скоростные качества.
- воспитать трудолюбие, чувство взаимопомощи.

Третьего года обучения:

- усовершенствовать технику стрельбы, лёжа с упора, передвижение на лыжах классическим ходом. Сформировать умения и навыки в технике передвижения на лыжах коньковым ходом. Иметь основы знаний и умений по технике стрельбы стоя.
- развить выносливость, силовые качества.
- воспитать осознанное отношение к своему здоровью, стремление к достижению высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Четвертого года обучения:

- усовершенствовать технику стрельбы, лёжа с упора с физической нагрузкой и передвижения на лыжах коньковым ходом. Сформировать умения и навыки по технике стрельбы стоя.
- развить выносливость, силовые качества.
- воспитать трудолюбие, чувство взаимопомощи, умение работать в команде.

Личностные результаты:

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
- сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание

значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

– осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

– сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

Метапредметные результаты

Регулятивные:

– умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

– умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

– умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

– умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

– владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.

Познавательные:

– умение определять понятия, устанавливать причинно-следственные связи, строить логичное рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

Коммуникативные:

– умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками.

– работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

– формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Организация воспитательной работы в рамках программы:

В ходе проведения воспитательной работы предлагается использовать такие формы, как:

– закрепление за опытными спортсменами более юных спортсменов с целью оказания помощи в подготовке и воспитании. Спортивный коллектив является важным фактором формирования личности юного спортсмена, в нем спортсмен формируется всесторонне в умственном и физическом отношении, а также в нравственном;

– собрания команды;

– проведение торжественного приема в объединение и выпуск по окончании;

- проведение праздников, посвященных итогам зимнего спортивного сезона. Данные мероприятия направлены на сплочение спортивного коллектива и воспитание чувства коллективизма;
- внедрение различных поощрений за успехи своих подопечных, как в спортивной, так и общественной жизни. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива. Любое поощрение должно соответствовать действительным заслугам спортсмена;
- использование в качестве воспитательного воздействия при дисциплинарных нарушениях следующих видов наказаний: замечание, устный выговор, выговор в письменном виде, обсуждение неправильного поведения спортсмена коллективом группы, отстранение от занятий или задачи спортивной подготовки и общего воспитания или соревнований.

Определенное место в воспитательной работе с юными биатлонистами должно отводиться соревнованиям. Наблюдая за особенностями выступления, поведения и высказываний спортсмена, тренер может сделать вывод, насколько прочно сформировались у спортсмена высокие морально-волевые качества. Напряженная атмосфера ответственных соревнований проверяет не только устойчивость спортивно-технических навыков, но и морально-психологической подготовленности спортсмена. Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

Обоснование использования дистанционных образовательных технологий. При проектировании и реализации программы, подготовке к занятиям и мероприятиям с учащимися, педагогом используются электронные образовательные ресурсы:

- для проведения online-занятий использует платформу организации видеоконференций ZOOM: <http://zoom.us>;
- электронные учебники издательства «Просвещение» (<https://media.prosv.ru/>);
- российская электронная школа (<https://resh.edu.ru/>);
- <https://vk.com/public200354059> - группа ВКонтакте, где представлены темы для изучения по данной программе;
- https://instagram.com/gdtdim1_biathlon?igshid=1uy1e8cql2qg8 – фото и видео материалы с проведения занятий, а так же соревнований;
- http://www.shooting-ua.com/arhiv_sorevnovaniy/methods_17.6.htm – Методика тренировки начинающих спортсменов, и тренировка основ. Учебно-методическое пособие «Пулевая стрельба»
- <http://www.gto-normy.ru/strelba-iz-pnevmaticheskoy-vintovki/> – нормы ГТО для школьников. Порядок проведения испытаний.

Формы подведения итогов реализации программы.

Контрольные занятия по разделам программы течение учебного года; промежуточный контроль проводится в декабре и по окончанию 1, 2, 3 года обучения. Итоговый контроль проводится в конце 4 года обучения.

Формы контроля:

- тестирование;
- опросы;
- конкурсы;

- педагогическое наблюдение;
- соревнование;
- игры;
- викторины и др.

Особое внимание уделяется вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, годового цикла, при проведении занятий, тренировок, мероприятий.

Программа имеет четкую структуру, что обеспечивает ее использование в своей педагогической практике другими педагогами. В программе описаны учебные планы, содержание и результаты программы, приведен фонд оценочных средств, методическое обеспечение и организационно-педагогические условия реализации программы, приведены все диагностические методики для оценки результатов учащихся.

В соответствии с требованиями п. 10 приказа № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» программа содержит блок дистанционного обучения. Поэтому, с целью мотивации детей на посещение занятий, своевременного информирования родителей по различным вопросам в специально отведенное время используется онлайн общение в сети Интернет, где родители могут обращаться к педагогу с различными вопросами и проблемами через программу «Zoom», если не смогли пообщаться лично. Так же, если есть необходимость, педагог может самостоятельно связаться с родителями обучающихся по этой программе в социальной сети «Вконтакте» создано сообщество «Спортивно-туристский отдел «КАМА»<https://vk.com/public200354059> , где размещаются занятия и задания к занятиям, все ссылки на платформы и сайты предоставляются обучающимся через учебные задания, выложенные в сообществе объединения.

Более 25% занятий проходят с использованием дистанционного материала.

Программа реализуется в рамках сетевого взаимодействия на основании соглашения о сотрудничестве в сфере образования и профориентации учащихся с Региональной общественной организацией «Федерация лыжных гонок и биатлона» при содействии которого проводятся мероприятия.

Формы подведения итогов реализации программы:

Промежуточный контроль: контрольное занятие, игра, тестирование.

Итоговый контроль: контрольное занятие, тестирование, соревнования внутри группы.

Выпускники, успешно освоившие программу и сдавшие квалификационные нормативы, получат соответствующий разряд и свидетельство об окончании программы «Биатлон», в дальнейшем могут продолжить обучение в колледжах и ВУЗах спортивной, военной направленности. Полученные знания и умения, физическая и стрелковая подготовка помогут во время службы в армии.