

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

«Утверждаю»

Директор МАУДО «ГДТДиМ №1»

Т.А. Певгова

Приказ № 163

от « 29 » 08 2022 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ»**

направленность: физкультурно-спортивная

возраст обучающихся: 9-14 лет

срок реализации: 1 год (144 часа)

автор-составитель:

Мухутдинов Дамир Мингарифович,
педагог дополнительного образования
отдела «Кама»

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021

*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 «Быстрее, выше, сильнее»
3.	Направленность программы	физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Мухутдинов Дамир Мингарифович, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	1 год – 144 часа
5.2.	Возраст обучающихся	9-14 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы -форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая с использованием дистанционных технологий
5.4.	Цель программы	создание оптимальных условий для развития самореализации учащихся, сохранение и укрепление физического и психического здоровья, формирование позитивных жизненных ценностей, первичных знаний, умений и навыков в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
5.5.	Формы и методы образовательной деятельности	формы - групповые, индивидуальные, дистанционные, виды занятий – изучение учебного материала, практические занятия, в виде соревнований, тестов, зачетов, 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, эстафетах, спортивных играх, сдача нормативов, поощрение), методы контроля и самоконтроля, наглядные, демонстрационно – словесный, практические методы, контроль и самоконтроль, стимулирования и мотивации, инструктивно – репродуктивный. Используется технология сотворчества и сотрудничества
5.6.	Формы мониторинга	оцениваются мета предметные, предметные и

	результативности	<p>личностные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценка <i>предметного критерия</i> происходит через измерение показателей освоения образовательных программ; - <i>мета предметный критерий</i> оцениваются через экспертную оценку поведения детей, их решений в условиях соревнований; - <i>личный 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	
5.8.	Дата утверждения и последней корректировки программы	<p>26.08.2021г. – дата разработки;</p> <p>29.08.2022г.– дата утверждения и последней корректировки, утверждена протоколом № 1 педагогического совета Муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»</p>
5.9.	Рецензенты	<p>Гараева Анастасия Владимировна, заведующий отделом «Кама» Муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»</p>

Оглавление

Информационная карта образовательной программы	2
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	5
Пояснительная записка	5
Учебный (тематический) план	9
Содержание программы	13
Планируемые результаты освоения программы	35
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	36
Организационно-педагогические условия реализации программы	36
Формы контроля	37
Список использованных источников и литературы	42
Приложения	45
Приложение 1. Календарный учебный график	45

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы
Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Быстрее, выше, сильнее» имеет *физкультурно-спортивную направленность* и реализуется в условиях муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Городской дворец творчества детей и молодежи №1» в объединении «Быстрее, выше, сильнее» с учащимися 2-7 классов.

Нормативно-правовое обеспечение программы

Нормативно-правовые документы:

- Концепция развития дополнительного образования детей от 04 сентября 2014г. №1726-р [3];
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности Дворца от 20.01.2016г. №7729[4];
- 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];

- 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 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 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];

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

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ [15];

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» [16].

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, 2021г. [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 05 мая 2018г. №296н) [12];

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

Актуальность

По данным Российской академии наук здоровыми можно назвать лишь 10% от общего количества школьников. По результатам социологических опросов 80% школьников не придерживаются здорового образа жизни; 89% школьников положительно относятся к физкультуре и спорту, но лишь 43% занимаются спортом регулярно. Поэтому, возрастает роль спорта и физических упражнений.

Педагогическая целесообразность: программа «Быстрее, выше, сильнее» – прекрасное и эффективное средство воспитания здорового и закаленного человека. Ведь она объединяет в себе многие виды спорта: легкую атлетику, стрелковую подготовку, игровые виды. Настоящая дополнительная программа носит образовательно-развивающий характер. Программа направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей и на формирование личностных качеств учащихся, укрепление здоровья, повышение уровня общей и специальной физической подготовки; приобщение детей к здоровому образу жизни; формирование устойчивых качеств: смелости и решительности, целеустремленности, дисциплинированности, культуры общения.

Программа является модифицированной однопрофильной, одного года обучения, учащихся в возрасте 9-12 лет (2-5 классы). В объединениях занимаются по 15 человек.

Занятия по программе «Быстрее, выше, сильнее» включают в себя различные методы и формы работы: индивидуальная, парная, групповая работа.

Цель программы - создание оптимальных условий для развития, самореализации учащихся, сохранения и укрепления физического и психического здоровья, формирование позитивных жизненных ценностей, первичных знаний, умений и навыков в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи программы

Обучающие:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
- формирование знаний о способах и особенностях движений, передвижений; о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

Развивающие:

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, формам активного отдыха и досуга;
- развитие дыхательной, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата;
- развитие скоростных, скоростно-силовых, силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости;
- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

Воспитательные:

- воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культуры;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки и взаимопомощи;
- воспитание смелости, активности, преодоления страхов и чувства неловкости.

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 9-12 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 - 1 год. Содержание программы составлено с учетом возрастных и психологических особенностей детей 9-12 лет, отражает их интересы и потребности.

Объем программы: Программа является модифицированной однопрофильной, программа «Быстрее, выше, сильнее» рассчитана на 1 год обучения для учащихся в возрасте 9-12 лет (2-5 классы).

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. Программа разработана с учетом модульно-уровневого принципа организации образовательного процесса, в основу которого заложены три модуля: обучающий, развивающий, воспитательный. Последующий год обучения разработан с учетом уже имеющихся знаний.

Учитывая интересы в развитии личности, данная программа регламентирует приобретение каждым учеником социально необходимого объема знаний, умений и навыков, получение полноценной подготовки по физической культуре, достаточных для повседневной жизни и участия в соревнованиях. Требования программы предусматривают овладение учебным материалом, который ведет к активному формированию личности учащегося, достижению им полноценной социализации, адекватной требованиям современного общества.

Отличительная особенность программы заключается в организации учебного процесса, который включает в себя не только занятия в зале, но и на свежем воздухе. Учащиеся выступают на соревнованиях различного уровня. При планировании занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся.

В процессе обучения детей общей физической подготовки на всех этапах используются общие дидактические методы:

- **Словесные.** С помощью таких приемов как объяснение, рассказ, распоряжение, команда, беседы и замечания у обучающихся создается предварительное представление о упражнении, возникает желание заниматься данным видом спортивной деятельности, суждения о правильности выполнения упражнений, возникает возможность оценить итоги выполнения задания.
- **Наглядные.** У учащихся формируются конкретные представления о технике выполнения упражнений с помощью учебных таблиц, схем, рисунков, фильмов, показа отдельных элементов и способов выполнения упражнений.
- **Методы выполнения упражнений:**
- **Практические.** Метод упражнений, методические приемы облегчения и усложнения условий выполнения заданий.

– Игровые и соревновательные:

1) эстафеты;

2) соревнования.

Срок освоения программы: 1 год.

Режим занятий установлен Уставом МАУДО «ГДТДиМ №1», в соответствии с рекомендациями СанПиН. Занятия начинаются не ранее 8.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Продолжительность занятия составляет 40 минут (академический час) с перерывом длительностью 10 мин. в помещении и 5 мин. на открытом воздухе. Занятия проводятся - 2 раза в неделю по 2 учебных часа - в спортивном зале, тире, спортивной площадке и в парке.

Формы подведения итогов реализации программы:

Контрольные занятия по разделам программы в течение учебного года; Промежуточный контроль проводится в декабре. Итоговый контроль проводится в мае.

Формы контроля:

– тестирование;

– опросы;

– соревнование;

– игры;

– эстафеты и др.

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

Промежуточный контроль – соревнования, эстафеты, тестирование.

Итоговый контроль – соревнование, тестирование.