

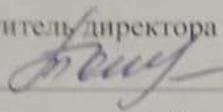
МКОУ «Ключевская средняя общеобразовательная школа имени А.П. Бирюкова
Шадринского муниципального округа Курганской области»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
Протокол №1 от 30.08.24

СОГЛАСОВАНО:

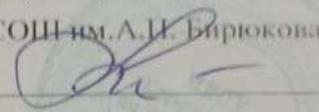
Заместитель директора по ВР



Осокина Т.Е.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МКОУ «Ключевская
СОШ им. А.П. Бирюкова»



Ворошина С.В.

Приказ № 199 от 30.08.24

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа физкультурно-спортивной направленности

«Четыре сезона»

Возраст обучающихся: 8 – 17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Бахарев Дмитрий Юрьевич,
педагог дополнительного образования
1 квалификационной категории

с. Ключи 2024

Паспорт программы

ФИО автора/авторов, составителя	Бахарев Дмитрий Юрьевич
Учреждение	МКОУ Ключевская СОШ им. А.П. Бирюкова
Наименование программы	4 сезона
Объединение	Спортивный клуб «Спортивные надежды» - спортивная направленность
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Направленность	спортивная направленность
Образовательная область	спортивная направленность
Вид программы	Модифицированная
Возраст учащихся	8 – 17 лет
Срок обучения	Один год
Объём часов по годам обучения	54 часа
Уровень освоения программы	Общекультурный ознакомительный
Цель программы	Укрепления здоровья, формирование жизненно важных физических качеств: быстроты, выносливости, силы, а также формирование всестороннему развитию личности.
С какого года реализуется программа	2024 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная, программа (далее программа)
Спортивный клуб «Спортивные надежды» - спортивной направленности.

Программа опирается на следующие нормативно – правовые документы:

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 №273 – ФЗ;
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726 – р)
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
4. Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41)
5. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ГАОУДПО «ИРОСТ», г. Курган, 2017 г.

Актуальность: заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Актуальность дополнительной общеобразовательной программы (дополнительной общеразвивающей программы) 4 сезона опирается запросом со стороны детей и родителей на программы спортивной направленности.

Целью программы является - Обучение и подготовка к выездным соревнованиям организованным в рамках муниципальных соревнований.

Отличительная особенность программы:

Социально-педагогическая целесообразность программы 4 сезона состоит в том, что с целью повышения эффективности образовательного процесса используются современные педагогические технологии: проектирование, организаторские методы, информационные технологии обучения.

Главные принципы:

1. Деятельность объединения не должна нарушать учебного процесса школы;
2. Использование наглядного пособия, ИКТ и всех средств наглядности;
3. Предполагает постепенное усложнение материала;
4. Добровольность участия в данном виде деятельности;
5. Активность и творческий подход к проведению мероприятий;
6. Доброжелательная и непринуждённая обстановка работы объединения.

Социально-педагогическая целесообразность программы 4 сезона состоит в том, чтоб изучение детьми основы спортивной подготовки по всем видам спорта.

Адресат программы: Программа адресована учащимся 8 – 17 лет.

Цель программы: формирование интереса и потребности учащихся к занятиям физической культурой и спортом, популяризация всех видов спорта и пропаганда ЗОЖ.

Задачи программы:

Обучающие:

- Расширение кругозора в направлении появления и развития спортивных игр в России и за рубежом;
- Получение учащимися знаний, умений и навыков во всех видах спорта;
- Изучение правил, техники и тактики игры.

Воспитывающие:

- Патриотическое воспитание путем изучения развития спорта в России и знаменитых Российских спортсменов;
- Воспитание здорового образа жизни;
- Воспитание умения соперничать, добиваться назначенных целей, адекватного поведения во время тренировок, соревнований и др. мероприятий.

Развивающие:

- Развитие специализированных навыков (логического мышления, пространственного воображения, памяти, наблюдательности и др.);
- Развитие стрессоустойчивости за счет выступления на соревнованиях;
- Развитие общей физической формы и здоровья;
- Развитие самостоятельности в тренировочном процессе;
- Развитие познавательного интереса к историческому прошлому своей страны.

Планируемые результаты:

По окончании реализации программы учащийся:

- Должен обладать базовыми навыками во всех видах спорта;
- Знать некоторые вопросы из истории развития спортивных игр;
- Знать правила игры в баскетбол, волейбол;

- Принимать активное участие в соревнованиях.

Объем и срок освоения программы - программа рассчитана на 1 учебный год, 1,5 час в неделю– 54 часа в год.

Форма обучения – очная.

Материально- техническое обеспечение программы:

- Спортивный зал;
- Волейбольный мяч – 6 шт;
- Баскетбольный мяч – 6 шт;
- Лыжи и палки – 10 комплектов;
- Конусы – 10 шт;
- Велосипед – 1 шт;
- Эстафетная палочка – 4 шт.

Кадровое обеспечение: Педагоги, работающие по данной программе, должны соответствовать квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования».

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма контроля
			Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	0.5	0.5	-	Опрос
2. Раздел: Туристическая подготовка 2,5 часов					
2.1.	Изучение вязок узлов	1		1	Опрос
2.2.	Изучение топографических знаков знаков и сигналов бедствия	1.5	1.5	-	Опрос
3. Раздел: Легкая атлетика 3 часа					
3.1.	Бег по пересеченной местности	3	-	3	Наблюдение
4. Раздел: Теннис 3 часа					
4.1.	Тренировочная игра в настольный теннис	3	-	3	Наблюдение
5. Раздел: Баскетбол 10,5 часов					
5.1.	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	10,5	-	10,5	Наблюдение
6. Раздел: Лыжная подготовка 18 часов					
6.1.	Ходьба на лыжах различными способами	18	-	18	Наблюдение
7. Раздел: Волейбол 10,5					
7.1.	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	10,5	-	10,5	Наблюдение
8. Раздел: ПДД 4,5 часа					
8.1.	Дорожные знаки и разметка	1,5	1,5	-	Рассказ, Опрос, наблюдение
8.2.	Оказание первой медицинской помощи	1,5	-	1,5	Рассказ, Опрос, наблюдение
8.3.	Фигурное вождение велосипеда	1,5	-	1,5	Рассказ, Опрос,

					наблюдение
9. Подведение итогов 1,5 часа					
	Итоговое занятие	1,5	-	1,5	Практически е занятия, тестовые задания
	Итого	54 часа	3,5	50,5	

Содержание программы:

Вводное занятие. Техника безопасности

Теория. Ознакомление с правилами техник безопасности. Цели и задачи на год.

2. Раздел: Туристическая подготовка 2,5 часов

Теория:

Задачи обучения

- изучить всевозможные туристические узлы и навыки их вязки.

Практика: Вязка туристических узлов.

3. Раздел: Легкая атлетика 3 часа.

Практика:

- Бег по пересеченной местности на длинные расстояния

4. Раздел: Теннис 3 часа

Практика: Отработка приёмов и тренировочная игра в настольный теннис

5. Раздел: Баскетбол 10,5 часов

Практика: Отработка приёмов и навыков игры в баскетбол, контрольные игры.

6. Раздел: Лыжная подготовка 18 часов

Практика: Отработка лыжных ходов. Ходьба на лыжах различными способами.

7. Раздел: Волейбол 10,5

Практика: Отработка приёмов и навыков игры в баскетбол, контрольные игры.

8. Раздел: Радиохимическая и биологическая защита 4 часа

Теория: Изучение дорожных знаков и дорожной разметки

Практика: Уметь использовать средства защиты, умение правильно и быстро выполнить надевание СИЗ.

9. Раздел: ПДД 4,5 часа

Теория: Знать дорожные знаки и дорожную разметку.

Практика: Уметь правильно оказывать первую медицинскую помощь, уметь выполнять фигурное вождение на велосипеде.

Подведение итогов 2 часа

Практика: Подведение итогов обучения по программе 4 сезона. Награждение лучших спортсменов.

Календарный учебный график

Дата начала учебного периода: 6.09.2024

Дата окончания учебного периода: 16.05.2025

Количество учебных недель: 36 недель.

№ п/п	Дата проведения занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1.		1,5	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Изучение вязок узлов	Рассказ	Опрос
2.		2	Изучение топографических знаков знаков и сигналов бедствия	Рассказ	Тест
3.		2	Бег по пересеченной местности	Практика	Наблюдение
4.		2	Бег по пересеченной местности	Практика	Наблюдение
5.		2	Тренировочная игра в настольный теннис	Практика	Наблюдение
6.		2	Тренировочная игра в настольный теннис	Практика	Наблюдение
7.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Практика	Наблюдение
8.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Практика	Наблюдение
9.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Практика	Наблюдение
10.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Теория + практика	Наблюдение

11.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Практика	Наблюдение
12.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Практика	Наблюдение
13.		2	Интегральная (игровая) подготовка к баскетболу	Практика	Наблюдение
14.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
15.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
16.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
17.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
18.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
19.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
20.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
21.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
22.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
23.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
24.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
25.		2	Ходьба на лыжах различными способами	Практика	Наблюдение
26.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение
27.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение
28.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение
29.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение
30.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение
31.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение
32.		2	Интегральная (игровая) подготовка к волейболу	Практика	Наблюдение

33.		2	Дорожные знаки и разметка	Теория	Опрос
34.		2	Оказание первой медицинской помощи	Практика + теория	Наблюдение
35.		2	Фигурное вождение велосипеда	Практика	Наблюдение
36.		2	Итоговое занятие	Практика	Наблюдение

Организационно-педагогические условия реализации

программы: Набор детей проводится как вначале, так и во время обучения, благодаря гибкой системе занятий. Занятия проводятся 1 раза в неделю по 1,5 часу. Это теоретические и практические занятия. На занятиях обучающиеся проходят теоретический материал и закрепляют свои знания на практике.

Количество обучающихся в группе от 10 до 20 человек. В группу могут входить все желающие с 3 по 11 класс.

Формы проведения занятий: Программа предполагает групповые занятия, а также проведение массовых мероприятий, теоретические и практические занятия, коллективные творческие встречи, семинары, праздники, соревнования, игры, конкурсы, марш-броски, дискуссии, беседы, экскурсии, сборы, походы, тренировки, собрания и другие. С этой целью рекомендуется использование таких форм проведения занятий:

- тематические занятия;
- конкурсы, соревнования, викторины;
- изготовление наглядных пособий для занятий по правилам дорожного движения;
- выпуск стенгазет;
- просмотр видеофильмов.

Основные формы деятельности объединения по данной программе: обучение, применение знаний на практике через практические занятия, соревнования, игры, практическая работа по проведению юнармейских акций на селе, викторины, шоу-программы. В работе объединения участвуют обучающиеся 3-11 классов.

Основные методы, используемые для реализации программы 4 сезона:

В обучении – практический, наглядный, словесный, работа с книгой, видеометод.

В воспитании – методы формирования сознания личности, методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности.

Программа 4 сезона относится к спортивной направленности: создаются условия для спортивной практики обучающихся в его реальной жизни, накопления спортивного теоретического и практического опыта.

Список литературы

1. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. №400).
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12.12.1993 г. (с учетом поправок, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 01.07.2020 г.).
5. Постановление Правительства Курганской области от 08.04.2021 г. №80 «О государственной программе Курганской области «Патриотическое воспитание граждан, допризывная подготовка молодежи и развитие добровольчества (волонтерства)» (с изменениями на 02.02.2022 г.).
6. Федеральный закон «Об увековечении Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов» от 19.05.1995 г. №80-ФЗ (ред. от 01.07.2021 г.).
7. Федеральный закон от 28.03.1998 г. №53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (с изменениями на 24.09.2022 г.).
8. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
9. Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) (Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 г. №413).
10. Федеральный конституционный закон от 30.01.2002 г. №1-ФКЗ «О военном положении».

Для педагога

1. Бачевский, В. И. Военно-патриотические клубы как эффективная форма патриотического воспитания подрастающего поколения / В. И. Бачевский. – ОБЖ: Основы безопасности жизни. – 2019.
2. Горбунов, В. С. Педагогика патриотизма: уч.-метод. Пособие / В. С. Горбунов. – Кемерово: АИ Кузбассвузиздат. – 2018.
3. Козырев, Г. И. Патриотизм: понятие, структура, механизмы формирования / Г. И. Козырев. – Сотис. – 2018.
4. Лутовинов, В. И. Военно-патриотические объединения (клубы): концептуальные и организационно-методические основы функционирования и развития уч.-метод. пособие / В. И. Лутовинов. – М., Сотис. – 2019.
5. Лутовинов, В. И. Движение «Пост №1» в России / В. И. Лутовинов. – Белгород: «КОНСТАНТА». – 2020.
6. Патриотическое и военно-патриотическое воспитание как фактор

обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Под общей ред. В. И. Лутовинова. – М.: Экон-Информ. – 2017.

Для обучающихся, родителей (законных представителей)

1. Рихтер, А. И., Яковенко, В. Л., Начальная военная и технологическая подготовка, учебник для учащихся 11 класса общеобразовательной школы / А. И. Рихтер, В. Л. Яковенко. – 2020.

2. Мединский, В. Р., Мягков, М. Ю., Никифоров, Ю. А. Военная история России Главное / В. Р. Мединский, М. Ю. Мягков, Ю. А. Никифоров. – М., Дрофа, 2019.

3. Петрушевский, А. Ф. Генералиссимус князь Суворов / А. Ф. Петрушевский. – М., РИЦ им. Св. В. Великого, 2016.

4. Пять юных героев Великой Отечественной войны / Наша молодежь. – 2016.

5. Шафаревич, И. Р. Русский народ в битве цивилизаций / И. Р. Шафаревич. – М., ИРЦ, Родная страна. – 2017.

6. Чехлов, Н. И. Планета СССР: Прерванный полет. Записки неравнодушного человека / Н. И. Чехлов. – М.: Этника. – 2020.