

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №9»

Левокумского муниципального округа

Ставропольского края

РАССМОТРЕНО

Руководитель центра

«Точка роста»



Шкабурина С.Е.

«29» августа 2023 г.



Приказ №219-од от «30»  
августа 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Физкультурно-спортивной направленности  
**«Служба спасения»**

Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся 8-10 лет

Состав группы -15 человек

Срок реализации -1 год

ID \_\_\_\_\_

Автор программы: Вазирханова Н.М.

Учитель начальных классов

с. Урожайное 2023 год

## Содержание

№	Раздел	страница
	Содержание	2
1	Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	5
1.3	Содержание программы	6
1.4	Планируемые результаты	8
2	Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	11
2.1	Календарный учебный график	11
2.2	Условия реализации программы	12
2.3	Формы аттестации/контроля	13
2.4	Оценочные материалы	14
2.5	Методические материалы	15
2.6	Список литературы	16
3	Приложения	17
3.1	Календарный учебный план-график	17
3.2	Оценочные материалы	21
3.3	План воспитательной работы	24

### **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

#### **1.1 Пояснительная записка.**

***Программа разработана на основе***

***Актуальность и педагогическая целесообразность***

***Новизна программы***

***Отличительные особенности***

***Программа адресована***

***Условия набора учащихся.***

***Объем и срок реализации программы.***

***Формы обучения и режим занятий.***

***Продолжительность занятий:***

***Уровни программы***

## 1.2 Цели и задачи программы

*Цель программы*

*Задачи программы:*

**Стартовый уровень:**

обучающие	развивающие	воспитательные
Обучение комплексам физических упражнений с оздоровительной и корригирующей направленностью, простейшим способам контроля физической нагрузкой и функциональным тренингом организма.	Укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптационных способностей организма, развитие физических качеств, лежащих в основе общей физической подготовленности.	Воспитывать ответственное отношение к своему здоровью и физическому состоянию.

## 1.1 Содержание программы

*Учебный план (стартовый уровень)*

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	0	
2.	Акробатика	18	0	18	Сдача контрольных нормативов
3.	Аэробика	18	0	18	Сдача контрольных нормативов
4.	Волейбол	18	2	16	Сдача контрольных нормативов
5.	Подвижные игры на основе баскетбола	17	0	17	Сдача контрольных нормативов
Всего часов		72	3	69	

*Содержание курса (стартовый уровень)*

### 1. Вводное занятие. (1 час)

1.4 Планируемые результаты.

Стартовый уровень.

Метапредметные результаты

Личностные результаты

Предметные результаты

**2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### 2.1 Календарный учебный график

Календарный учебный график составлен на основе годового календарного графика учреждения и является

документом, регламентирующим организацию образовательной деятельности в учреждении  
 Количество учебных недель – 36. Дата начала занятий – 1 сентября. Дата окончания занятий – 31 мая.  
 Продолжительность каникул – 28 календарных дня.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество часов в год	Режим занятий
1	1 сентября	31 мая	36	72	Два раза в неделю по 1 часу

Календарный учебный план-график представлен в Приложении No1

## 2.1 Условия реализации программы.

**Материальное-техническое обеспечение программы:**

**Кадровое обеспечение программы:**

**Информационное обеспечение программы:**

## 2.1 Формы аттестации (контроля)

2.4 Оценочные Методические материалы материалы. Характеристика оценочных материалов

### 2.1 Список литературы.

## 3. Приложения

### 3.1 Приложение

#### 1. Календарный учебный план-график

#### год обучения. Стартовый уровень

Месяц	№ занятия	дата	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Сентябрь	1.		лекция	1	Вводное занятие	Кабинет	
	2.		тренировка	1	Упражнения на развитие координации движений	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	3.		тренировка	1	Упражнения на развитие координации движений	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	4.		тренировка	1	Упражнения на развитие координации движений	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	5.		тренировка	1	Упражнения на развитие координации движений	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	6.		тренировка	1	Упражнения на развитие координации движений	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	7.		тренировка	1	Упражнения на развитие координации движений	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов
	8.		тренировка	1	Упражнения на развитие равновесия	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	9.		тренировка	1	Упражнения на развитие равновесия	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	10.		тренировка	1	Упражнения на развитие равновесия	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	11.		тренировка	1	Упражнения на развитие равновесия	Спортивный зал, стадион	Наблюдение

	12.	тренировка	1	Упражнения на развитие равновесия	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	13.	тренировка	1	Упражнения на развитие равновесия	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов
	14.	тренировка	1	Упражнения для развития силовых качеств	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	15.	тренировка	1	Упражнения для развития силовых качеств	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	16.	тренировка	1	Упражнения для развития силовых качеств	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
ноябрь	17.	тренировка	1	Упражнения для развития силовых качеств	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов
	18.	тренировка	1	Эстафеты	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	19.	тренировка	1	Эстафеты	Спортивный зал, стадион	Наблюдение

	20.	тренировка	1	Элементы строевой подготовки.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	21.	тренировка	1	Элементы строевой подготовки.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	22.	тренировка	1	Общеразвивающие упражнения без предметов.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	23.	тренировка	1	Общеразвивающие упражнения без предметов.	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов
	24.	тренировка	1	Комплекс упражнений для рук	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
Декабрь	25.	тренировка	1	Комплекс упражнений для рук	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	26.	тренировка	1	Общеразвивающие упражнения с предметами	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	27.	тренировка	1	Общеразвивающие упражнения с предметами	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	28.	тренировка	1	Общеразвивающие упражнения с предметами	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов
	29.	тренировка	1	Базовые шаги аэробики.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	30.	тренировка	1	Базовые шаги аэробики.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	31.	тренировка	1	Базовые шаги аэробики.	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов
	32.	тренировка	1	Упражнения на развитие осанки.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
Январь	33.	тренировка	1	Упражнения на развитие осанки.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	34.	тренировка	1	Упражнения на развитие гибкости.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	35.	тренировка	1	Упражнения на развитие гибкости.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	36.	тренировка	1	Коррекционные упражнения.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	37.	тренировка	1	Упражнения на фитболах.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	38.	тренировка	1	История игры «Волейбол».	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	39.	тренировка	1	Правила и техника игры «Волейбол». Судейство.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	40.	тренировка	1	Развитие скоростно-силовых качеств.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
Февраль	41.	тренировка	1	Развитие ловкости.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	42.	тренировка	1	Стойки и перемещения.	Спортивный зал, стадион	Наблюдение
	43.	тренировка	1	Стойки и перемещения.	Спортивный зал, стадион	Сдача нормативов

Март	44.	тренировка	1	Передачимяча.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	45.	тренировка	1	Передачимяча.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	46.	тренировка	1	Передачимяча.	Спортивный зал,стадион	Сдача нормативов
	47.	тренировка	1	Групповыетактическиедействия.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	48.	тренировка	1	Групповыетактическиедействия.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	49.	тренировка	1	Групповыетактическиедействия.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	50.	тренировка	1	Учебнаядвусторонняяигравволейбол.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	51.	тренировка	1	Учебнаядвусторонняяигравволейбол.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
Апрель	52.	тренировка	1	Учебнаядвусторонняяигравволейбол.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	53.	тренировка	1	Учебнаядвусторонняяигравволейбол.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	54.	тренировка	1	Учебнаядвусторонняяигравволейбол.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	55.	тренировка	1	Учебнаядвусторонняяигравволейбол.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	56.	тренировка	1	Развитиекоординационныхспособностей.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	57.	тренировка	1	Развитиекоординационныхспособностей.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	58.	тренировка	1	Развитиекоординационныхспособностей.	Спортивный зал,стадион	Сдача нормативов
	59.	тренировка	1	Развитиескоростно-силовыхспособностей,	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
Май	60.	тренировка	1	Развитиескоростно-силовыхспособностей,	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	61.	тренировка	1	Развитиескоростно-силовыхспособностей,	Спортивный зал,стадион	Сдача нормативов
	62.	тренировка	1	Овладениеэлементарнымиумениямивловле, бросках,передачахиведениимяча.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	63.	тренировка	1	Овладениеэлементарнымиумениямивловле, бросках,передачахиведениимяча.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	64.	тренировка	1	Овладениеэлементарнымиумениямивловле, бросках,передачахиведениимяча.	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
Май	65.	тренировка	1	Овладениеэлементарнымиумениямивловле, бросках,передачахиведениимяча.	Спортивный зал,стадион	Сдача нормативов
	66.	тренировка	1	Подвижныеигры:«Совушка»	Спортивный зал,стадион	Наблюдение
	67.	тренировка	1	Подвижныеигры:«Пустоеместо»	Спортивный зал,стадион	Наблюдение

### 3.1 Приложение 2

Оценочные материалы

Анкета. Мотивация учащихся к занятиям физической культуры

Инструкции по правилам безопасности при выполнении физических упражнений.

Правила безопасности на учебно – тренировочных занятиях:

### 3.1 Приложение 3

#### План воспитательной работы

##### Стартовый уровень

№ п/п	Сроки проведения	Мероприятие	Примечания
	Сентябрь	Экскурсия под руководством примечательностей города Минеральные Воды	
	Октябрь	Тематическое занятие «День учителя»	
	Ноябрь	Тематическое занятие «День народного единства»	
	Декабрь	Тематическое занятие «Новогодние традиции мира»	
	Январь	Тематическое занятие «День освобождения г. Минеральные Воды от немецко-фашистских захватчиков»	
	Февраль	Тематическое занятие «День защитника Отечества»	
	Март	Тематическое занятие «Женщины в истории»	
	Апрель	Тематическое занятие «День космонавтики»	
	Май	Тематическое занятие «День Победы»	