

Управление образования администрации города Коврова Владимирской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Коврова  
«Основная общеобразовательная школа №2 имени Василия Алексеевича Дегтярева»

**Рассмотрено**  
методическим объединением  
Протокол №4  
от «21» мая 2023г.

**Принято**  
педагогическим советом  
Протокол № 3  
от «22» мая 2023 г.

Утверждаю.



Директор школы И.Ю.Махова  
Приказ №153 от 13июня 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
ПРОГРАММА  
физкультурно-оздоровительной направленности  
«Если хочешь быть здоров»  
уровень программы: ознакомительный  
Возраст: 7-10 лет  
Срок реализации 1 год**

Разработчик программы:  
педагог дополнительного образования  
Климова Анна Викторовна

г.Ковров

2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Если хочешь быть здоров» разработана на основе следующих нормативных документов:

**Нормативные документы** для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Нормативно-правовая база на 2023-24г.

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
9. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, разработанные в рамках реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» Институт образования ФГАУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» совместно с ФГБОУ ВО «Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина»;
11. Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года».

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования на федеральном уровне:

1. Паспорт Национального проекта «Успех каждого ребенка» Федерального проекта «Образование»;
2. Постановление Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями и дополнениями);
3. Письмо Минобрнауки России от 03.07.2018 № 09-953 «О направлении информации» (вместе с «Основными требованиями к внедрению системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в субъектах Российской Федерации для реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках государственной программы Российской Федерации "Развитие образования»);

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
5. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Письмо Минфина России от 6 августа 2019 г. № 12-02-39/59180 «О порядке и условиях финансового обеспечения дополнительного образования детей в негосударственных образовательных организациях»;
7. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации № Р-136 от 17 декабря 2019 г. «Об утверждении методических рекомендаций по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», и признании утратившим силу распоряжения Минпросвещения России от 1 марта 2019 г. №Р-21 «Об утверждении рекомендуемого перечня средств обучения для создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 6 марта 2020 г. № 84 «О внесении изменений в методику расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
9. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации МР-81/02-вн от 28.06.2019, утвержденные заместителем министра просвещения РФ М.Н. Раковой, по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме;
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей"
13. Об утверждении методик расчета показателей федеральных проектов национального проекта "Образование"

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

1. Паспорт регионального проекта «Успех каждого ребенка»;
2. Распоряжение Администрации Владимирской области от 09 апреля 2020 № 270-р «О введении системы персонализированного финансирования дополнительного образования детей на территории Владимирской области»;
3. Распоряжение Администрации Владимирской области от 20 апреля 2020 № 310-р «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей Владимирской области»;
4. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 470 «Об исполнении распоряжения администрации Владимирской области от 20.04.2020 № 310-р»;
5. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области»;
6. Распоряжение Администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 475 «Об утверждении Правил персонализированного финансирования дополнительного образования детей во Владимирской области»;
7. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 14

марта 2020 «Об утверждении медиаплана информационного сопровождения внедрения целевой модели развития системы дополнительного образования детей Владимирской области в 2020 году»;

8. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 "Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области".

9. Распоряжение Департамента образования Владимирской области от 30 июня 2020 № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 № 365»

10. Приказ управления образования № 284 от 6 июля 2020 г. «О реализации распоряжения департамента образования администрации Владимирской области от 30.06.2020 г. № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 г. № 365»;

11. Постановление администрации г. Коврова № 1009 от 15.06.2020 г. «Об утверждении программы ПФДО детей в г. Коврове»;

12. Порядок организации осуществления обучения по дополнительным общеобразовательным программам в МБОУ ООШ№2.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Уровень:** ознакомительный

**Адресат:** обучающиеся 7-10 лет, в т.ч. дети с ОВЗ

**Срок реализации** программы: 1 год

**Объем:** 36 часов за год (1 час в неделю)

**Режим занятий:** 1 раз в неделю, 1 академический час (40 мин)

### **Концептуальная идея**

Реализация программы по данному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей.

Здоровье – это одна из главных ценностей человеческой жизни, источник радости. Здоровье человека во многом зависит от него самого, от его образа жизни, условий труда, питания и его привычек.

**Актуальность и новизна программы:**

В младшем школьном возрасте должны закладываться основные навыки по формированию здорового образа жизни. Только здоровый ребёнок может успешно учиться в школе, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников. Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Программа «Если хочешь быть здоров» по внеурочной деятельности составлена на основе программы «Уроки здоровья» П. Л. Симкиной.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Основана на принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность, результативность);

– формах и методах обучения (активные методы обучения, дифференцированное обучение, занятия, конкурсы, соревнования и т.д.);

– методах контроля и управления образовательным процессом (тестирование, анализ результатов конкурсов, соревнований и др.);

– средствах обучения (скакалки, мячи)

Эффективным для *физического* развития детей является такое введение нового теоретического материала, которое вызвано требованиями спортивной практики. Ребенок должен уметь сам сформулировать задачу, новые знания теории помогут ему в процессе решения этой задачи. Данный метод позволяет на занятии сохранить высокий творческий тонус при обращении к теории и ведет к более глубокому ее усвоению.

**Адресат программы**

Данная образовательная программа рассчитана на всех желающих детей в возрасте от 7 до 10 лет. Занятия проводятся в группах до 30 человек.

**Объем и срок реализации** программы рассчитан на 1 учебный год, 36 часов.

**Форма обучения:** очная

**Особенности организации образовательного процесса**

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная, фронтальная, коллективная.

**Формы теоретических занятий:**

- беседы;
- игры;
- викторины.

**Формы практических занятий:**

- экскурсии;
- творческие конкурсы;
- оздоровительные минутки;
- спортивные соревнования;
- путешествия;
- тренинги;
- праздники здоровья  
подвижные игры и т.д.

Предполагается обучение в традиционном очном формате. Занятия проводятся по расписанию, утвержденному в МБОУ СОШ №2.

**Цель программы:**

- приобщать школьников к здоровому образу жизни, воспитывать ответственность за своё здоровье, создавать оптимальных условий в классе для формирования здоровой личности ребёнка;
- создавать наиболее благоприятные условия для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни, как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Задачи:**

**1. Личностные:**

- воспитывать у учащихся дисциплинированность, решительность, чувство коллективизма, чувства взаимопомощи и взаимопонимания;
- развивать лидерские качества;

-воспитывать потребность в здоровом образе жизни и систематических занятиях спортом или физической культурой.

2. Метапредметные:

- развивать координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Предметные:

- знакомить с основными составляющими здорового образа жизни;
- знакомить с правилами личной гигиены и общественной гигиены, безопасности жизнедеятельности.

**Содержание программы**

**Учебно-тематический план**

№ п/п	Содержание темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля\ аттестации
<b>1</b>	Раздел 1. Здоровый образ жизни.	<b>17</b>	<b>1</b>	<b>16</b>	Наблюдение, беседа
	Раздел 2. Правила безопасного поведения	<b>8ч</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	Наблюдение, беседа
	Раздел 3. Доврачебная помощь	<b>2ч</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Тест, диагностика
	Раздел 4. Подвижные игры	<b>7ч</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	Игра, соревнования
	Раздел 5. Скоро лето. (2ч)	<b>2ч</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Диагностика, тест
		<b>36ч</b>	<b>5ч</b>	<b>31ч</b>	

**Содержание программы**

**Раздел 1. Здоровый образ жизни – 17 часов**

1. Понятие о здоровье.

Что нужно делать, чтобы быть здоровым..

2. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

Охлаждение и перегревание, закаливание воздухом, водные процедуры.Игры на свежем воздухе.

3.Здоровье в порядке –спасибо зарядке.

Приобретают первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня. Играют на свежем воздухе, учатся распределять роли.

4. Друзья: Вода и Мыло

Сказка о микробах: что такое хорошо и что такое плохо. Как микробы проникают в организм. Как с ними бороться. Чтение и обсуждение сказки «Мойдодыр» К. Чуковского.

5. Глаза – главные помощники человека.

Беседа об органах зрения. Опыт со светом. Гимнастика для глаз. Правила бережного отношения к зрению.

6. Чтобы уши слышали.

Проведение опытов. Разыгрывание ситуаций. Правила сохранения слуха.

7. Почему болят зубы. Как сохранить улыбку красивой?

Знакомство с доктором Здоровые Зубы и Здоровая Пища. Зачем человеку зубная щётка? Памятка «Как сохранить здоровые зубы».

8. Зачем человеку кожа.

Встреча с доктором Здоровая Кожа. Строение кожи. Проведение опытов. Правила ухода за кожей.

9. Осанка по заказу.

Что такое правильная осанка. Способы определения правильной осанки. Физические упражнения на формирование осанки.

10. Здоровая пища для всей семьи.

Советы доктора Здоровая Пища. Проведение опыта. Что разрушает здоровье, что укрепляет? Золотые правила питания.

11. Витамины, витамины...

Для чего нужны витамины? Продукты, богатые витаминами. Как лучше всего сохранить витамины в продуктах питания.

12. Викторина «Продукты на моем столе»

13. Сон – лучшее лекарство.

Повторение правил здоровья. Игры по гигиене сна. Анализ ситуаций.

14. Пять дел перед сном.

Что необходимо сделать перед сном. Как правильно просыпаться.

15. Режим дня.

Режим дня первоклассника. Можно ли всегда быть бодрым и работоспособным.

16. «Я сажусь за уроки».

Что такое утомление и переутомление. Как с этим бороться. Режим дня. 17. Беседа о вредных привычках

Учатся работать в парах. Определяют свои пробелы, восполняют их. В ходе игры закрепляют полученную информацию.

## **Раздел 2. Правила безопасного поведения – 8 часов**

18. Правила безопасного поведения дома.

Порядок в доме. Газ. Чем это грозит. Что необходимо знать. Разыгрывание и анализ ситуаций.

19. Правила пожарной безопасности..

Пожар. Чем это грозит. Что нужно делать при пожаре. Средства тушения. Чем грозит

разведение костров.

20. Правила безопасного поведения на улице.

Незнакомые люди. Опасные ситуации. Как выйти из них, к кому можно обратиться за помощью. Составление памятки.

21. Правила безопасного поведения в общественном транспорте.

Разыгрывание и анализ ситуаций. Правила поведения на остановке.

22. Правила безопасного поведения на дорогах.

Как переходить улицу. Дорожные знаки для пешеходов. Игра – соревнование «Красный, желтый, зеленый...»

23. Правила безопасного поведения в природе.

Как вести себя в лесу, на реке. Составление памяток. Осторожно, клещи! Разыгрывание ситуаций, их анализ.

24-25. Правила безопасного поведения при общении с животными.

Чем опасны домашние питомцы. Правила поведения с животными на улице, в природе. Профилактика бешенства.

### **Раздел 3. Доврачебная помощь – 2 часа**

26. Один дома.

27. Принципы предупреждения инфекций. Прививки.

Нужно ли делать прививки от гриппа?

### **Раздел 4. Подвижные игры – 7 часов**

28. Знакомство с доктором Свежий Воздух.

«Мяч в воздухе», «Попрыгунчики», «Раз, два, три – беги!»

29. Игры на свежем воздухе.

Разучивание игр «Медвежья охота», «Совушка», «Не пропусти мяч».

30. Игры – эстафеты.

«Круговые салки», эстафеты со скакалками, «Весёлая эстафета».

31. Игры с мячом на свежем воздухе.

«Передал садись», «Перестрелка», «Мяч – соседу».

32. Игры на свежем воздухе.

«Золотое зёрнышко», «Не зевай», «Западняя».

33. Спортивные соревнования.

Весёлые старты..

34. Игры с элементами лёгкой атлетики.

«Чай-чай выручай», «День и ночь».

### **Раздел 5. Скоро лето – 2 часа**

35. Правила поведения в каникулы.

36. Итоговое занятие. Здоровым быть модно!

Встреча с докторами здоровья. Игра-рассуждение «Здоровый человек это...» Повторение правил здоровья. Памятка» Здоровичко



## Календарно – тематическое планирование

№	Темы	Количество часов	Количество часов		Формы контроля
			Теория	Практика	
	<b>Здоровый образ жизни (17 ч.)</b>				
1	Понятия о здоровье. Что такое здоровье и от чего оно зависит?	1	1		Наблюдение, беседа
2	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Как закаляться. Обтирание, обливание. Подвижные игры на свежем воздухе.	1		1	Наблюдение, беседа
3	Здоровье в порядке – спасибо зарядке.	1		1	Наблюдение, беседа
4	Друзья: Вода и Мыло.	1		1	Наблюдение, беседа
5	Глаза – главные помощники человека.	1		1	Наблюдение, беседа
6	Чтобы уши слышали.	1		1	Наблюдение, беседа
7	Почему болят зубы. Как сохранить улыбку красивой?	1		1	Наблюдение, беседа
8	Зачем человеку кожа.	1		1	Наблюдение, беседа
9	Осанка по заказу.	1		1	Наблюдение, беседа
10	Здоровая пища для всей семьи. Игры «Самые полезные продукты», «Съедобное – несъедобное»	1		1	Наблюдение, беседа
11	Витамины, витамины...	1			Наблюдение, беседа
12	Викторина «Продукты на моем столе»	1		1	Викторина
13	Сон – лучшее лекарство.	1		1	Наблюдение, беседа
14	Пять дел перед сном.	1		1	Наблюдение, беседа
15	Режим дня.	1		1	Наблюдение, беседа
16	«Я сажусь за уроки».	1		1	Наблюдение, беседа
17	Беседа о вредных привычках	1		1	Тест
	<b>Правила безопасного поведения (8 ч.)</b>				
18	Правила безопасного поведения дома.	1	1		Наблюдение, беседа
19	Правила пожарной безопасности.	1		1	

20	Правила безопасного поведения на улице.	1		1	Наблюдение, беседа
21	Правила безопасного поведения в общественном транспорте.	1		1	Наблюдение, беседа
22	Правила безопасного поведения на дорогах.	1		1	Наблюдение, беседа
23	Правила безопасного поведения в природе.	1		1	Наблюдение, беседа
24	Правила безопасного поведения при общении с животными: чем опасны домашние питомцы. Правила поведения с животными на улице, в природе.	1		1	Наблюдение, беседа
25	Правила безопасного поведения при общении с животными. Профилактика бешенства.	1		1	Анкетирование
	<b>Доврачебная помощь (2 ч.)</b>				
26	Один дома.	1	1		Наблюдение, беседа
27	Принципы предупреждения инфекции	1		1	Наблюдение, беседа
	<b>Подвижные игры (7 ч.)</b>				
28	Знакомство с доктором Свежий Воздух.	1	1		Наблюдение, беседа
29	Игры на свежем воздухе.	1		1	Наблюдение, беседа
30	Игры – эстафеты.	1		1	Наблюдение, беседа
31	Игры с мячом на свежем воздухе: «Передал – садись», «Перестрелка», «Веселая эстафета».	1		1	Наблюдение, беседа
32	Игры на свежем воздухе: «Золотое зернышко», «Не зевай», «Западня».	1		1	Наблюдение, беседа
33	Спортивные соревнования.	1		1	Соревнования
34	Игры с элементами легкой атлетики.	1		1	Игра в командах
	<b>Скоро лето (2 ч)</b>			1	
35	Правила поведения в	1	1	1	тест

	каникулы.				
36	Итоговое занятие. Здоровым быть модно!	1		1	Анкета
		36	5	31	

## Планируемые результаты:

### 1. Личностные:

- проявление у учащихся дисциплинированности, решительности, чувства коллективизма, чувства взаимопомощи и взаимопонимания;
- демонстрация лидерских качеств;
- проявление потребности в здоровом образе жизни и систематических занятиях спортом или физической культурой.

### 2. Метапредметные:

- развитие координации движений и основных физических качеств: силы, ловкости, быстроты реакции;
- развитие двигательных способностей посредством игры в теннис;
- сформированность навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

### 3. Предметные:

- Знание основных составляющих здорового образа жизни;
- знание правил личной гигиены и общественной гигиены, безопасности жизнедеятельности

## 2 Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

№	Год обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Объём учебных часов	Режим работы
1	Первый	36	36	36	Один раз в неделю по 1 академическому часу.

### 2.2. Условия реализации программы

#### **Учебно-методическое, информационное обеспечение:**

- подборка информационной и справочной литературы;
- обучающие и справочные электронные издания;
- доступ в Интернет

#### **Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в кабинете, который обеспечен следующей материальной базой: 1 компьютер, 1 проектор и экран, ноутбуки для учащихся (25 шт.), парты, стулья, доска, шкафы.

#### Характеристика помещения

- светлое, с хорошим освещением помещение, в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28, площадью – 26 кв.м

## Материально-техническое обеспечение

Занятия по программе «Если хочешь быть здоров» предполагается проводить в классной комнате, школьном дворе.

Ноутбук или компьютер.

Мультимедийный проектор

Интерактивная доска или проекционный экран. Принтер

Аудио- и видеоматериалы, мультфильмы, компьютерные презентации.

### **Наглядные пособия**

Натуральные пособия: овощи, фрукты, вода, аптечка, строение глаза, предметы личной гигиены и др.

Изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы);

плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Как правильно мыть руки», «Комплекс упражнений утренней гимнастики», «Первая помощь при порезе», «Первая помощь при переломе», «Правильная осанка», «Гимнастика для глаз», «Хороши манеры», «Правила безопасного поведения».

### **Кадровое обеспечение**

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности объединения художественного направления, с высшим образованием, стаж работы в данном учреждении и в данном направлении не менее 2 лет.

#### **2.3. Формы аттестации**

- Анализ выполненных работ. Общее обсуждение со всеми учащимися группы.
- Командные и личные соревнования. Результаты.
- Участие в соревнованиях различных уровней (районные, муниципальные, городские).
- По окончании учебного года награждение лучших учащихся.

#### **2.4. Оценочные материалы**

##### **Диагностические методики:**

- Диагностические карты. Входная диагностика - октябрь. Промежуточная диагностика – январь. Итоговая диагностика – апрель – май, по годам обучения.
- Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств учащихся» (см приложение №1).
- Учёт достижений учащихся (участие в соревнованиях).
- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения» (см. приложение №2).
- Фотографии учащихся на занятиях, соревнованиях, походах и т.п..

#### **2.5 Методические материалы**

##### **Методы обучения**

- индивидуальный метод;
- групповой метод;
- индивидуально-групповой метод;
- словесный (объяснение, рассказ, беседа, консультация).
- игровой (игры: развивающие, подвижные; игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения; настольные, электротехнические);
  - наглядный (использование наглядных, демонстрационных и видеоматериалов, приборов, моделей и т.д.)
  - психологический и социологический (анкетирование, психологические тесты; создание и решение различных ситуаций).

### **Формы организации образовательного процесса**

- групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

### **Формы организации учебного занятия**

Тренировочные занятия, беседы, наблюдения, игры, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, эстафеты.

Программой предусмотрена **работа с родителями воспитанников.**

### **Педагогические технологии**

- информационно-коммуникационная технология;  
- здоровьесберегающая технология.

### **Алгоритм учебного занятия**

- подготовительная часть (разминка),  
- основная часть,  
- заключительная часть.

Занятия проводятся не менее одного раза в неделю по 1 часу, всего - 36 часов.

### **Список использованной и рекомендуемой учебно-методической литературы**

#### **Список литературы для педагога:**

1. Жуков М. Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.
2. Коротков И. М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001.
3. Женило М. Ю. Театрализованные праздники 1–4 классы. Найди свою звезду. – М.: 2004. – 288 с.
4. Патрикеев А. Подвижные игры. 1–4 классы. – ВАКО, 2010
5. Лях В. И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов (общеобр.), Москва, Просвещение, 2011.

#### **Список литературы для детей и родителей**

1. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». - М.: ТЦ Сфера, 2009.
2. Буренна А.И. Ритмическая мозаика. – СПб., 2000.
3. Глейberman А.Н. Упражнения в парах. 2005.
4. Журавина М.Л. Гимнастика. 2001. 5. Форилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. «Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие» - СПб.: Детство-пресс, 2001.
6. Козлова Т.В., Рябухина Т.А. Физкультура для всей семьи. - М.: Из-во «Физкультура и спорт», 2006

## **Приложение 1**

### **Календарный учебный график**

№	Год обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Объём учебных часов	Режим работы
1	Первый	36	36	36	Один раз в неделю по 1 академическому часу.

Приложение.

Ритмика здоровья.

Вопросы промежуточной аттестации учащихся

1. Какие движения, выполняются в разминке и в каком порядке?
2. Какие упражнения, выполняются в разминке и в каком порядке?
3. Для чего нужно делать отжимания и как правильно это делать?
4. Как правильно делать наклоны вперед и приседания?
5. Для чего нужна растяжка?
6. Какие вы знаете упражнения на растяжку, какие выучили новые?
7. Какими движениями и упражнениями можно изображать различные действия?

8. Почему полезно заниматься физкультурой?
9. Что важно для выполнения упражнений в команде?
10. Для чего людям нужна зарядка и гимнастика?
11. Какие виды спорта вы знаете, чем они вам нравятся?
  - 12. Какими видами спорта вы занимаетесь?









