

Рецензия

на рабочую программу внеурочной деятельности
спортивного кружка «Туризм»,
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 3»
имени Героя Советского Союза Баранова Петра Григорьевича
муниципального образования Тбилисский район
разработанную учителем физической культуры
Пономаревым Алексеем Николаевичем

Программа внеурочной деятельности, спортивно-оздоровительного направления кружка «Туризм» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе, программы внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой. Программа «Туризм», является весьма актуальной.

Программа предназначена для учащихся 5-7 классов. Срок реализации 1 год. Программа «Туризм» представляет собой единую систему, все составные части которой взаимосвязаны и обусловлены достижением главной цели, которая заключается в подготовке обучающихся туристическим навыкам и знаниям.

Отличительной особенностью программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

В программе представлены: пояснительная записка, основная цель и задачи, механизм реализации программы, планируемые результаты реализации программы, содержание программы, таблица тематического распределения часов, методическое обеспечение программы, используемая литература.

Актуальность программы обусловлена тем, что туристские походы, романтика дальних дорог манят к себе с каждым годом все большее число воспитанников, а занятия в группах данного вида деятельности помогают решить не только воспитательные, но и социальные проблемы (обеспечение занятости в свободное от учебы время). Занятия в кружке «Туризм» помогают в организации поэтапной спортивной подготовки в целях привлечения максимального количества детей и подростков к систематическим занятиям спортом; обеспечению всестороннего

физического развития и укрепления здоровья и воспитания волевых, морально стойких граждан страны.

Программа содержит разделы, в которых освещен материал по видам подготовки (теоретической, общефизической, специально-физической, технической, тактической), средства и формы подготовки, система контрольных нормативов и упражнений, восстановительные и воспитательные мероприятия.

Личностные и метапредметные результаты освоения данной программы согласованы и ориентированы на изучение туристических навыков. Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства школьников на основе методических положений, которые и составляют комплекс задач, решаемых в учебно-тренировочном процессе. К данным задачам, относятся: целевая направленность туристической подготовки; всестороннее физическое развитие; развитие основных физических качеств; формирование туристических навыков.

Методическое обеспечение программы в полной мере характеризует педагогические и организационные условия, необходимые для получения образовательного результата.

Список рекомендательной литературы полон и доступен.

Рабочая программа туристического кружка «Туризм», составленная учителем физической культуры МБОУ «СОШ №3» Пономаревым А.Н., является целостной, так как в ней согласованы цели, задачи и способы их достижения, методическое обеспечение программы является полным и доступным.

Программа может быть рекомендована для использования в работе педагогам дополнительного образования и учителям физической культуры для ведения кружков внеурочной деятельности в школьных спортивных клубах.

30.08.2023 г.

Рецензент:

Директор МКУ «МЦ СДПО»



С.П. Фисунова

Краснодарский край
муниципальное образование Тбилисский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3» имени Героя Советского Союза
Баранова Петра Григорьевича

Утверждено
решение педагогического совета
протокол № 1
от «31» августа 2022 года
Председатель педсовета
Ильченко Т.А.



ПРОГРАММА
внеурочной деятельности

Спортивного кружка «Туризм»

Срок реализации программы 1 год

Возраст обучающихся 12 - 15 лет

Программа разработана
учителем физической культуры
МБОУ «СОШ № 3»
Пономаревым Алексеем
Николаевичем

Содержание программы «Туризм»

1. Пояснительная записка _____ стр. 3-4
2. Общая характеристика _____ стр. 4-5
3. Планируемые результаты освоения программы _____ стр. 5-8
4. Содержание учебного материала _____ стр. 8-9
5. Тематическое планирование _____ стр. 9
6. Описание материально-технического обеспечения _____ стр. 9
7. Список использованной литературы _____ стр. 10

1. Пояснительная записка.

Программа внеурочной деятельности, спортивно-оздоровительного направления кружка «Туризм» разработана на основе, программы внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой и в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Туризм- трудоёмкий, но очень интересный и полезный способ организации досуга учащихся. Такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает школьников переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит к бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени. Сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Воспитывая в школьниках самостоятельность, педагог помогает решить те задачи, которые встанут перед ними в старшем возрасте. Ведь позднее у школьника возникнет потребность ощущать себя взрослым, и зависимость от других всё больше станет тяготить его. Подросток будет стремиться освободиться от статуса зависимого малыша и утвердить себя в качестве взрослого. С имеющимися же за спиной пережитым опытом самостоятельности ему легче будет решать новые задачи, легче проживать переходный возраст.

Утверждение подростком себя как «взрослой» личности неразрывно связано с реализацией им собственных потребностей:

- в самопознании (проявлении интереса к своим взглядам, отношениям, поступкам);
- в самореализации (в раскрытии своих возможностей и личностных качеств, а также предъявлении их окружающим).

На занятиях важно создать для учащихся пространство личностного самоутверждения, которое отвечало бы их насущным возрастным потребностям и при этом было бы благоприятным для их нравственного развития.

В наибольшей мере перечисленным выше условиям соответствуют всевозможные формы организации жизнедеятельности школьников в естественной, природной, «нецивилизованной», необустроенной среде, в том числе самодетельные туристские путешествия. Здесь учащимся предоставляются дополнительные ниши, где они могут реализовать свои природные свойства и актуальные устремления. В таких условиях школьники в большей степени ощущают собственную независимость от взрослых. Попадая в новую обстановку, учащиеся имеют больше возможностей познакомиться с иными человеческими отношениями. При повышенных физических нагрузках, сильных эмоциональных переживаниях, включении в групповую работу у них появляется принципиальная возможность проверить себя, показать себя, что-то доказать себе и другим. В физически и морально сложных жизненных условиях при поддержке педагога школьники могут научиться поступать по собственным интересам, удобствами, благополучием ради других.

Главная задача туризма — удовлетворить естественную потребность воспитанников в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться.

Актуальность программы обусловлена тем, что туристские походы, романтика дальних дорог манят к себе с каждым годом все большее число воспитанников, а занятия в группах данного вида деятельности помогают решить не только воспитательные, но и социальные проблемы

(обеспечение занятости в свободное от учебы время, профилактика беспризорности и безнадзорности детей, асоциального поведения подростков и др.).

Отличительной особенностью этой программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

Цели программы:

- совершенствование нравственного и физического воспитания учащихся средствами пешеходного туризма, подготовка специалиста в области спортивного туризма и туристского многоборья, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;

Поставленные цели будут достигнуты при решении следующих задач, реализуемых в комплексе (обучающих, развивающих, воспитательных).

Задачи:

обучающие:

- формирование системы знаний, необходимых организатору туристско-спортивной работы;
- обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации,
- формирование банка данных о местах туристских маршрутов через ведение записей краеведческих наблюдений, воспоминаний старожилов, ветеранов;

воспитательные:

- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край;
- выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;

развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий;

Занятия ориентированы на учащихся 5-7 классов и нацелены на обучение детей первоначальным туристским навыкам, общефизическое развитие школьников и воспитание у них самостоятельности.

2. Общая характеристика занятий кружка «Туризм».

Программа внеурочной туристско- краеведческой деятельности учащихся ориентирована на детей 5-7 классов. Туризм является одним из базовых видов спорта рабочих программ физического воспитания учащихся в 5-7 классах. Он оказывает на организм школьника всестороннее влияние; совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, развиваются физические способности. Учитывая популярность туризма (в связи с географическим положением нашего региона) у детей и подростков, его необходимо включать во внеурочную деятельность учащихся. Кроме этого, туризм включается в мероприятия по внеклассной работе по физическому воспитанию:

7. Список используемой литература


1. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар, 2011.
2. Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.
3. Антропов К., Шibaев А. В. Переправа, М. ,ЦДЮТур, 1998.
4. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.
5. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.
6. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973.
7. Куликов В. , Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М. ,ЦДЮТур, 1997.
8. Кошельков СА. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.
9. Линчевский Э.Э., «Психологический климат туристской группы», 3 изд., исправ. и доп. – СПб, 2012 г.
10. Поспелов Е.М., «Туристу о географических названиях», Москва, «Профиздат», 1988 г.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО


№ 1 от 28.08. 2022г.

Руководитель МО

 Дверников С.А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

 Трайц С.Е.

26.08. 2022го

Рецензия

на программу внеурочной деятельности
кружка «Волейбол», разработанную учителем физической культуры
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №3»
имени Героя Советского Союза Баранова Петра Григорьевича
муниципального образования Тбилисский район
Пономаревым Алексеем Николаевичем

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления кружка «Волейбол» составлена в соответствии требований ФГОС основного и среднего общего образования, на основе программы «Волейбол» автора Железняк Ю.Д.

Программа предназначена для обучающихся МБОУ «СОШ № 3» в возрасте 15-17 лет. Срок реализации программы 1 год.

Новизна данного курса в системе дополнительного образования детей заключается в том, что помимо овладения общей физической подготовкой, учащиеся будут выступать волонтерами по пропаганде здорового образа жизни, готовить презентации по спорту, выступать в качестве судей на соревнованиях.

Учебный материал курса изложен профессионально грамотно. Программа имеет следующую структуру: пояснительная записка, планируемые результаты освоения программного материала, содержание изучаемого материала, учебно-тематический план, методическое обеспечение программы, список используемой литературы.

Пояснительная записка включает в себя цель, задачи, формы работы, ожидаемый результат и способы подведения итогов. В пояснительной записке указаны направление, возраст детей, на которых рассчитана программа, срок реализации. Основная цель программы создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом.

Содержательная часть программы раскрывает основные темы занятий, их содержание и обоснование. Методическая часть программы содержит характеристики педагогических, психологических и организационных условий, необходимых для получения образовательного результата. Программа имеет методику работы над содержанием учебного материала, систему отслеживания и фиксации результатов.

Личностные и метапредметные результаты освоения данной программы согласованы и ориентированы на изучение игры «Волейбол».

Тематическое планирование содержит перечень тем, разбивку часов по каждой теме на теоретические и практические виды занятий, а также общее количество часов предусмотренных программой.

Стиль изложения программы отличается четкостью и ясностью. Материал учебного курса способствует укреплению здоровья и закаливанию организма, обеспечению всесторонней физической подготовки, овладению основными техническими приемами игры волейбол, развивает коммуникативные умения, способствует профессиональному самоопределению.

Методическое обеспечение программы в полной мере характеризует педагогические и организационные условия, необходимые для получения образовательного результата

Список рекомендательной литературы полон, доступен.

Данная программа соответствует требованиям к оформлению и содержанию программы внеурочной деятельности.

Программа может быть рекомендована для использования в работе педагогам дополнительного образования и учителям физической культуры для ведения кружков дополнительного образования в школьных спортивных клубах.

30.08.2023 г.

Рецензент:
Директор МКУ «МЦ СДПО»



С.П. Фисунова

Краснодарский край
муниципальное образование Тбилисский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3» имени Героя Советского
Союза Баранова Петра Григорьевича

Утверждено
решение педагогического совета
протокол № 1
от « 30 » августа 2022 года
Председатель педсовета
Ильченко Т.А.



ПРОГРАММА внеурочной деятельности

Спортивного кружка «Волейбол»
Срок реализации программы 1 год
Возраст обучающихся 15 - 17 лет

Программа разработана
учителем физической культуры
МБОУ «СОШ № 3»
Пономаревым Алексеем
Николаевичем

Содержание программы «Волейбол»

1. Пояснительная записка _____ стр. 3-5
2. Планируемые результаты освоения программы _____ стр. 5-7
3. Содержание учебного материала _____ стр. 7-11
4. Тематическое планирование _____ стр. 11-12
5. Описание материально-технического обеспечения _____ стр. 12
6. Список использованной литературы _____ стр. 14

1. Пояснительная записка

Программа «Волейбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления кружка «Волейбол» составлена на основе:

- программы «Волейбол» автор Железняк Ю.Д., разработанной авторским коллективом кафедры теории и методики физического воспитания и спорта Московского государственного областного университета под руководством Ю. Д. Железняка, доктором педагогических наук, М. : Советский спорт, 2005г.

В соответствии:

- требований ФГОС основного и среднего общего образования.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта. Волейбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Игровая обстановка в волейболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают волейболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Программа кружка предусматривает распределение учебно-тренировочного материала на 1 год обучения.

В кружке занимаются учащиеся 15-17 лет. Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу воспитанниками контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Цель:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий волейболом.

Задачи реализации программы:

- укрепление здоровья и закаливание организма воспитанников;
- содействие правильному физическому развитию, повышение общей физической подготовленности,
- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- дальнейшее изучение и совершенствование основ техники и тактики игры;
- приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- подготовка и выполнение нормативов по видам подготовки.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она направлена не только на физическое развитие и совершенствование специальных умений и навыков игры в волейбол, но и способствует общему развитию воспитанников: обучает работе с литературой, формирует умение оформлять выступления и презентации к ним, т.е. развивает информационно – коммуникативную компетентность у воспитанников, что поможет их дальнейшей социализации в современном обществе.

Основной принцип работы кружка по волейболу — выполнение программных требований по физической, технической, тактической, теоретической подготовке, выраженных в количественных (часах) и качественных (нормативные требования) показателях.

Основой подготовки воспитанников является универсальность в овладении технико-тактическими приемами игры.

Занятия в кружке проводятся по 3 часа в неделю по годичной программе. Наполняемость группы 12 человек.

Для успешного овладения программным материалом необходимо сочетать занятия в кружке с самостоятельной работой, которая предлагается детям в виде заданий, разработанных руководителем кружка совместно с воспитанниками.

Формы учебно-тренировочной работы:

Формы организации занятий: рассказ, работа с литературой, показ и отработка спортивных упражнений и техники игры; практические занятия – тренировки, игра в волейбол; самостоятельная работа над презентацией, выступления воспитанников.

Задачами учебной практики являются: овладение строевыми командами, подбором упражнений по общей физической подготовке (разминки), методики проведения упражнений и отдельных частей урока.

Судейство учебно-тренировочных игр должно осуществляться самими занимающимися, после того как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства.

Основные методы работы.

Методы и приемы обучения: Групповые, индивидуальные, демонстрационные.

1. Метод словесного описания упражнений

Это самый универсальный метод. С его помощью решаются различные задачи (постановка задач обучения, описание техники движений, управление ходом обучения, анализ результатов исполнения задания).

2. Метод показа упражнений

Наиболее наглядным является показ самим преподавателем изучаемых элементов. Такое исполнение помогает создать целостную картину упражнения. Для детей этот метод является неотъемлемой частью обучения, т. к. опирается на сохранные психические структуры (рефлекс подражания).

3. Метод целостного разучивания упражнений

Этот метод предполагает выполнение упражнений целиком. Один из вариантов метода целостного разучивания - метод подводящих упражнений, предполагающий предварительное выполнение более простых, ранее изученных упражнений, структурно сходных с новыми.

4. Метод расчлененного разучивания. Метод заключается в искусственном дроблении изучаемого двигательного действия на составные части и последовательном их освоении при дальнейшем соединении в целое упражнение.

5. Метод изменения условий обучения. Этот метод подразумевает создание специальных условий для выполнения упражнений;

6. Игровой метод. Данный метод предполагает использование спортивных игр, развивающих необходимые для волейбола качества (скорость реакции, координация в пространстве, техника функционального бега).

2. Планируемые результаты освоения программы «Волейбол»

Результаты освоения содержания кружка «Волейбол» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в средней школе.

Предметные результаты освоения программы кружка:

· формирование знаний о баскетболе и его роли в укреплении здоровья;

9. Мячи волейбольные	- 6 шт.
10. Рулетка	-1 шт.
11. Секундомер	-1 шт.
12. Свисток	-1 шт.

Занятия проводятся в спортивном зале, а также на оборудованной спортивной площадке.

6. Список использованной литературы :


1. Железняк Ю. Д. Программа «Волейбол», М.: Советский спорт, 2005.
2. Железняк Ю. Д. Тактическая подготовка волейболистов. Смоленск, 1995г.
3. Железняк Ю. Д. 120 уроков по волейболу. М., 2000 г.
4. Видякин М.В. Внеклассные мероприятия по физкультуре, Волгоград: Учитель, 2006 г.
5. Фидлер М. Волейбол. М., 2002 г.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО


№ 1 от 28.08. 2022г.

Руководитель МО

 Дверников С.А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

 Трайц С.Е.

26.08. 2022го

Рецензия

на программу внеурочной деятельности
спортивного кружка «Легкая атлетика»,
разработанную учителем физической культуры муниципального
бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 3» имени Героя Советского Союза
Баранова Петра Григорьевича муниципального образования
Тбилисский район
Пономаревым Алексеем Николаевичем.

Программа внеурочной деятельности «Легкая атлетика» разработана в соответствии Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе методических рекомендаций внеурочной деятельности «Легкая атлетика» под редакцией Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, и комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов В.И. Лях.

Программа спортивного кружка «Легкая атлетика», предназначена для ведения внеурочной деятельности с обучающимися 2 – 5 классов МБОУ «СОШ № 3». Учебный материал курса изложен профессионально грамотно. Программа имеет следующую структуру: пояснительная записка, учебно-тематический план, содержание изучаемого курса, методическое обеспечение программы, список используемой литературы.

Пояснительная записка показывает предназначение рабочей программы для реализации государственных требований и минимального содержания к уровню физической подготовки учащихся. Пояснительная записка включает в себя цель, задачи, формы работы, ожидаемый результат и способы подведения итогов. В пояснительной записке указаны направление, возраст детей, на которых рассчитана программа, срок реализации. Автором программы чётко, логично и последовательно определены цели и задачи программы в целом.

Личностные и метапредметные результаты освоения данной программы согласованы и ориентированы на изучение вида спорта «Легкая атлетика». Содержательная часть программы раскрывает основные темы занятий, их содержание и обоснование. Методическая часть программы содержит характеристики педагогических, психологических и организационных условий, необходимых для получения образовательного результата. Программа имеет методику работы над содержанием учебного материала, систему отслеживания и фиксации результатов. Содержание программы охватывает весь материал легкой атлетики, необходимый для обучения учащихся. Содержание программы разбито по темам для овладения практических навыков. Программа включает тематическое планирование, которое содержит перечень

тем, разбивку часов по каждой теме на теоретические и практические виды занятий, а также общее количество часов предусмотренных программой.

Актуальность данной программы заключается в том, что она позволяет повысить уровень умений в овладении видами лёгкой атлетики. Программа построена таким образом, что помогает ребёнку за минимальный промежуток времени овладеть основами техники по легкоатлетическим видам спорта. Осваивая навыки выполнения легкоатлетических упражнений учащиеся подготовят себя к выполнению контрольных нормативов Всероссийского комплекса ГТО.

В программе учтена специфика учебного заведения и отражена практическая направленность курса. Она рассчитана на раскрытие индивидуальных способностей каждого обучающегося, самостоятельности на занятиях. Программа предполагает использование разнообразных форм и методов работы на доступном для них уровне и последовательно решает основные задачи физического воспитания, а также приближена к интересам и запросам детей.

Список рекомендательной литературы полон, доступен.

Данная программа соответствует требованиям к оформлению и содержанию программ внеурочной деятельности.

Программа может быть рекомендована для использования в работе педагогам дополнительного образования и учителям физической культуры для ведения спортивных кружков внеурочной деятельности в образовательных организациях района.

30.08.2023г.

Рецензент:

Директор МКУ «МЦ СДПО»



С.П.Фисунова

Краснодарский край
Муниципальное образование Тбилисский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3» имени Героя Советского Союза
Баранова Петра Григорьевича

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 31.08.2022 года протокол № 1
Председатель Т.А. Ильченко



ПРОГРАММА внеурочной деятельности

Спортивного кружка «Легкая атлетика»

Уровень образования: основное общее образование 5-9 классы

Количество часов 170 (по 34 часа в год в каждом классе)

Программа разработана
учителем физической культуры
МБОУ «СОШ № 3»
Пономаревым Алексеем
Николаевичем

Содержание программы «Легкая атлетика»

1. Пояснительная записка _____ стр. 3-5
2. Планируемые результаты освоения программы _____ стр. 5-6
3. Содержание учебного материала _____ стр. 7-12
4. Тематическое планирование _____ стр. 12-17
5. Описание материально-технического обеспечения _____ стр. 17-18
6. Список использованной литературы _____ стр. 19

1. Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями от 29.12.2014 № 1644), на основе методических рекомендаций внеурочной деятельности «Легкая атлетика» под редакцией Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова (Просвещение, 2011год), на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич (М.:Пр., 2012)

Никогда за всю историю общества движение не было столь необходимым человеку, как в наши дни. Исключительный интерес к этой проблеме определяется в первую очередь, тем, что возможности человеческого организма огромны, а реализовать их не всегда удается. И наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья, как считают ученые, является именно занятия легкой атлетикой.

Легкая атлетика, один из основных и наиболее массовых видов спорта, не зря называют "королевой спорта". По количеству разыгрываемых комплектов медалей, представительству стран-участниц всех континентов и числу зрителей, наблюдающих за соревнованиями на стотысячных стадионах, она не имеет себе равных. Образовательная программа «Легкая атлетика» имеет спортивно - оздоровительную направленность, подготовлена с учетом базовых требований и учебных программ для занятий во внеурочное время.

Легкая атлетика имеет большое прикладное значение, ведь с ее помощью развиваются основные физические качества - выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности - в трудовой деятельности. Во время занятий легкой атлетикой приобретаются навыки координации движений, быстрого и экономичного передвижения и рационального выполнения сложных физических упражнений. Все кто занимаются легкой атлетикой, приобретают специальные знания относительно техники исполнения физических упражнений, основных функций человеческого организма, организации тренировочных занятий, режима личной гигиены, питания, работы и отдыха. Кроме этого, легкая атлетика имеет воспитательное значение, способствуя популяризации здорового образа жизни. Правильная организация и методика проведения занятий и соревнований положительно влияют на формирование личности человека, развитие ее моральных качеств (воли, целенаправленности, выдержки) и умственных способностей (самооценки собственных возможностей).

Легкоатлетические упражнения требуют от детей развития физических качеств, специфических антропометрических особенностей, высокой психической устойчивости, умения качественно реализовывать эти потенциальные способности в конкретных и разнохарактерных видах спортивных упражнений.

Актуальность занятий легкой атлетикой со школьниками обусловлена общественной потребностью развития здорового поколения. Ухудшение здоровья подрастающего поколения достигло масштабов национальной проблемы. Постоянно растет число детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи. Характерной особенностью является рост числа социально обусловленных заболеваний.

Новизна данной образовательной программы опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие интеллекта, морально - волевых и нравственных качеств, коллективных действий. Развитие творческих и коммуникативных способностей обучающихся на основе их собственной предметной деятельности также является отличительной чертой данной программы. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний и умений, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации именно в младшем школьном возрасте, что повышает самооценку ребёнка, и его оценку в глазах окружающих. Программа предусматривает постепенное развитие физических качеств с учетом сенситивных периодов развития детей и индивидуализации педагогического процесса.

Отличительной особенностью представленной программы является то, что она, основываясь на курсе обучения, раскрывает обязательный минимум для такого рода программ. В программе отражены основные задачи на этапах годичного цикла тренировки, построение

учебно - тренировочного процесса на этапах: начальной подготовки, специальной подготовке, этапе спортивного совершенствования, распределение объемов основных средств и интенсивности тренировочных нагрузок в недельных циклах; участие в соревнованиях по их значимости. Также особенностью представленной программы является сведение основных параметров учебно-тренировочного процесса (нагрузок, средств, методов контроля) в одну принципиальную схему годичного цикла тренировки, рассчитанную на 35 недель. В рамках этой программы осуществляется проведение системного отбора учащихся, имеющих задатки и способности к дальнейшей спортивной ориентации и профессиональной деятельности в области легкой атлетики. Данная программа создает условия для развития и подъема массовости в городе занимающимися легкой атлетикой.

Педагогической целесообразностью создания программы можно считать, что программа по легкой атлетике является одним из «механизмов» реализации целей и задач по профилактике заболеваний, вредных привычек и правонарушений, а также укреплению здоровья, через всестороннее развитие двигательной активности школьника при занятиях легкой атлетикой.

Цель программы – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение легкой атлетике.

Целостная система подготовки решает следующие **основные задачи:**

Обучающие:

- формирование стойкого интереса к занятиям легкой атлетикой;
- формирование специальных знаний, умений и навыков.

Развивающие:

- развитие физических способностей;
- раскрытия потенциала каждого ребенка;
- развития морально
- волевых качеств;
- развития внимания, мышления.

Воспитательные:

- воспитание нравственных, эстетических личностных качеств обучающихся: доброжелательность, трудолюбие, честность, порядочность, ответственность, культуру поведения, уважение к людям,
- взаимопонимание и бесконфликтность в общении.

Возраст детей: программа составлена для учащихся 5-9 классов (возраст учащихся – 11-15 лет).

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год, всего – 170 часов).

Этапы:

первый этап - включает в себя развитие основных физических качеств и овладение базовыми основами техники легкой атлетики (5-7 класс);

второй этап - дальнейшее развитие базовых основ техники и основных физических качеств и двигательных навыков(8-9 класс);

Формы и режим занятия: групповые занятия, длительность занятия – 40 минут

Для более качественного освоения предметного содержания занятия подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью:

- **образовательно-познавательной направленности** знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее разученного учебного материала;

- **образовательно-предметной направленности** используются для формирования обучения практическому материалу разделов легкой атлетики, подвижных игр, спортивных игр;
- **образовательно-тренировочной направленности** используются для преимущественного развития физических качеств и решение соответствующих задач на этих занятиях, формируются представления о физической подготовке и физических качеств, обучают способам регулирования физической нагрузки.

Основными формами подведения итогов программы являются:

- тестирование;
- умение осуществлять бег на заданной дистанции, осуществлять различные виды прыжков и метаний, выполнять индивидуальные и коллективные действия.
- знание основ техники легкоатлетических, специальных беговых упражнений и способность применения их на практике;
- способность самостоятельно осуществлять и организовать занятие по легкой атлетике.

Тестирование проводится с целью определения эффективности занятий 2 раза в год по выбору педагога. Тесты выбираются педагогом исходя из цели занятий.

Процесс обучения предусматривает следующие **виды контроля**:

- **вводный**, который проводится перед началом работы и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным темам;
- **итоговый**, проводимый после завершения всей учебной программы.

Основными показателями выполнения программных требований являются:

- выполнение контрольных нормативов;
- овладение теоретическими знаниями;
- знание и выполнение правил легкоатлетических, специальных беговых упражнений;
- способность применять основные приёмы самоконтроля;
- знание правил поведения в спортивном зале и на спортивной площадке;
- знание основ истории развития лёгкой атлетики

2. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- формирование знаний о легкой атлетике и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия легкой атлетикой свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

6. Список использованной литературы

1. Комплексная программа физического воспитания 1 – 11 классов. В.И.Лях, А.А.Зданевич. Москва. «Просвещение» 2007.
2. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха 1-4 классы- М. «Просвещение», 2012.
3. Детская лёгкая атлетика. Программа международной ассоциации лёгкоатлетических федераций. – М.: Terra – Спорт, Олимпия Пресс, 2002.
4. Лёгкая атлетика. Многоборье. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва/ под ред. И.И.Столова.- М.: Советский спорт, 2005.
5. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод.пособие и программа. – М. Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002.
6. Подготовка юных лёгкоатлетов. – М.: Terra. Спорт, 2000.
7. Колодницкий В.А. Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика: пособие для учителей и методистов – М. «Просвещение», 2011.

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания МО

№ 1 от 28.08. 2022г.

Руководитель МО

 Дверников С.А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

 Трайц С.Е.

26.08. 2022год

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

ПК-1 № 004964

Документ о квалификации

Регистрационный номер

ПК-554/20

Город Краснодар

Дата выдачи 13 ноября 2020 года

Настоящее удостоверение подтверждает, что

Пономарев

(фамилия, имя, отчество)

Алексей Николаевич

с 02 ноября 2020 г. по 13 ноября 2020 г.

прошел(а) обучение в (на)

(наименование)

ФГБОУ ВО КГУФКСТ

образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации:

«Современные подходы к методике

(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

преподавания самбо при реализации ФГОС в школе»

в объеме 72 часов

(количество часов)



Декан

[Signature]

Секретарь

[Signature]

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231500009382

Регистрационный номер № 23763/22

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что
Пономарев Алексей Николаевич

с « 25 » августа 2022 г. по « 31 » августа 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края
(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)
«Реализация требований обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в
работе учителя»
(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)

в объеме: 36 часов
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Нормативное и методическое обеспечение внедрения обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО	13 часов	зачтено
Внедрение обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в предметном обучении	23 часа	зачтено

Прошел(а) стажировку в (на)
(наименование предмета, организации, учреждения)

Итоговая работа на тему:



Ректор Т.А. Гайдук
Секретарь Л.Л. Вадбольская

Город Краснодар

Дата выдачи 31 августа 2022 г.

