

Структурное подразделение дополнительного образования детей
Центр детского творчества государственного бюджетного общеобразовательного
учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы пос.
Кинельский муниципального района Кинельский Самарской области
(446410 Самарская область, Кинельский район, п. Кинельский, ул. Рабочая, 4А)

УТВЕРЖДАЮ
Начальник СП ДОД ЦДТ
_____Петрухина О.А.
«___»_____ 2020 г.
Программа принята на основании
решения методического совета
протокол № _____
от «___»_____ 2020 г.
Введена в действие Приказом
от «___»_____ 2019 г. № _____

**Дополнительная общеобразовательная программа
«Чемпион»**

Направленность – физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся 9-18лет
Срок образования – 1 год

Разработчик: Азизов Рафаэль Джафарович,
педагог дополнительного образования

2020 год

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная программа "Чемпион" по направленности образовательной деятельности относится к *физкультурно-спортивным* и ориентирована на формирование умений и навыков обучающихся к самостоятельным занятиям по общефизической подготовке.

Предметом обучения является двигательная деятельность. В процессе овладения этой деятельностью совершенствуются не только физические природные данные, но и активно развиваются сознание и мышление, творчество и самостоятельность.

Программа «Чемпион» является **актуальной** по целевому назначению, профильной по содержанию, творческой по степени авторства, двухгодичной по сроку реализации, общей по особенностям развития. Программа соответствует действующим нормативным актам и государственным программным документам, в ней представлены современные идеи и актуальные направления развития, она может удовлетворить потребность общества и детей данного возраста в пропаганде здорового образа жизни, оздоровление организма посредством гармоничного физического развития (развитие мускулатуры).

В основу данной программы положены следующие *нормативные документы*, регламентирующие деятельность ОУ в сфере дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Министерства просвещения России от 9.11. 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства образования и науки Самарской области от 20.08. 2019 г. № 262-од «Об утверждении Порядка персонифицированного финансирования о дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам ».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных образовательных программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложения к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015№МО-16-19-01/826-ТУ).

Данная программа имеет *ознакомительный уровень* освоения образовательной деятельности.

Актуальность, педагогическая целесообразность программы: современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. Человек вынужден строить свою деятельность в непростых условиях, которые можно охарактеризовать рядом неблагоприятных факторов. Неудовлетворительное состояние окружающей среды, жизнь в условиях постоянного психологического стресса, недостаток в активной двигательной деятельности, приводящий к снижению защитных функций организма, распространение вредных привычек, изменение направления социально – экономического развития государства, ситуация социальной нестабильности. Осознавая всю важность физического воспитания подрастающего поколения, в настоящее время одним из стратегических направлений образования в России является проблема сохранения и укрепления здоровья детей нации в целом. Исследования показывают, что традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные

стрессовые перегрузки, которые способствуют развитию хронических болезней. Все это говорит о том, что необходимо найти пути и выходы наиболее результативных форм и методов укрепления здоровья подрастающего поколения. Приобщение подростков к проблеме сохранения своего здоровья – это, прежде всего, процесс социализации, воспитания. Это сознание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. В современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей.

Программа «Чемпион» призвана сформировать у обучающихся устойчивую мотивацию и потребность в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, а так же в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Отличительная особенность: программа «Чемпион» дополнена с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Программой осуществляется ознакомление с волейболом, баскетболом. Включено большое количество подвижных игр, что позволяет большую часть занятий проводить на улице.

Новизна и оригинальность данной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является **модульной** и включает содержание разнообразных видов упражнений, способствующих овладению элементами техники и тактики спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики, а так же развитию физических способностей.

Занятия по программе «Чемпион» дают возможность обучающимся углубленно заниматься:

- видами спорта, которые обучающиеся осваивают в ограниченном по времени уроке физической культуры в основном образовании;

- обучающимся, которые не могут освоить объём двигательных навыков на уроке физической культуры в школе;

- подросткам, у которых наблюдается гиперактивность и проблема организации своего времени.

Дополнительная образовательная программа «Чемпион» состоит из **2 модулей**, которые повторяют общеобразовательную программу по физической культуре, но при этом позволяют более углубленно освоить виды спорта, включенные в нее и повысить свою общефизическую подготовленность. Упражнения, включенные в программу способствуют подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО.

Модуль I. «Общефизическая подготовка» – 95 часов;

Модуль II. «Специальная физическая подготовка» – 31 час;

Цель программы - формирование умений и навыков обучающихся к самостоятельным занятиям по общефизической подготовке, к соревновательной деятельности.

Задачи:

Образовательные:

- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- обучение основам техники различных видов двигательной деятельности;
- укрепление здоровья и закаливание организма обучающихся;
- содействие правильному физическому развитию;
- повышение уровня общефизической подготовленности;

Развивающие:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- развитие специальных физических способностей необходимых в соревновательной деятельности;
- приобретение необходимых знаний и навыков в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований, в области физической культуры;

Воспитательные:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;

- популяризация спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики как видов спорта и активного отдыха;

- воспитание волевых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов; подготовка инструкторов – общественников.

Объем программы: 126 часов в год (3,5 часа в неделю)

Формы обучения и режим занятий: материал программы предполагает изучение основ спортивных игр: баскетбола, волейбола, а также техники элементов легкой атлетики и гимнастики, и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка. Для каждой группы программой предусмотрены теоретические и практические занятия, сдача контрольных нормативов при переходе в следующие группы. В течение всего курса обучения сохраняется преемственность образования, как по структуре, так и по содержанию учебного материала.

Форма организации занятий:

- индивидуальная,
- фронтальная,
- групповая,
- поточная.

Занятия проводятся в спортивном зале, в тренажерном зале и на спортивных площадках ФОКа.

Средствами обучения являются: набивные, баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи, верхние и нижние перекладины, рулетка, гимнастические скамейки, гири, гантели, скакалки, гимнастические маты, карточки с упражнениями, секундомер.

Срок освоения программы: программа рассчитана на 1 год обучения.

Для выполнения Программы «Чемпион» обучаемые распределяются по следующим учебным группам с учетом возраста и спортивной подготовленности:

- группа начальной подготовки (НП) – 9 - 12 лет
- группа учебно-тренировочная (УТ) – 13-18 лет.

Группа начальной подготовки: дальнейшее укрепление здоровья и закаливание организма учащихся, обеспечение разносторонней физической подготовленности, укрепление опорно-двигательного аппарата, воспитание общей выносливости, ловкости, развития быстроты, гибкости и подвижности в суставах, обучение умению расслаблять мышцы, обучение основам техники бега, прыжков и метаний, изучение правил соревнований, обучение самостоятельному ведению спортивной борьбы.

Учебно-тренировочная группа: дальнейшее укрепление здоровья и закаливание организма учащихся, повышение уровня разносторонней специальной физической и технической подготовленности, развитие быстроты, выносливости, силы, скоростно-силовых качеств, совершенствование ловкости, гибкости, умение расслаблять мышцы, изучение техники избранного вида, анализировать свои выступления и выступления своих сверстников, приобретение навыков в организации и практическом судействе соревнований по легкой атлетике и подвижным играм, опыта в проведении учебно-тренировочных занятий.

Учебно-тематический план

№	Название темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
Модуль I. «Общефизическая подготовка» – 95 часов					
Цель: формирование умений и навыков к самостоятельным занятиям по общефизической подготовке.					
Задачи:					
<ul style="list-style-type: none"> - формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний; - обучение основам техники различных видов двигательной деятельности; - укрепление здоровья и закаливание организма обучающихся; - содействие правильному физическому развитию; - повышение уровня общефизической подготовленности. 					

1.	Вводное занятие. Знакомство с объединением «Чемпион». Инструктаж по технике безопасности.	3,5	1,5	2	Беседа инструктаж
2.	Общефизическая подготовка: <i>знания по физической культуре</i>	7	3,5	3,5	Беседа, опрос, тестирование, учебные игры
3.	Общефизическая подготовка: <i>легкая атлетика;</i>	24,5	3,5	21	Беседа, опрос, тестирование, учебные игры
4.	Общефизическая подготовка: <i>гимнастика</i>	21	3,5	17,5	Беседа, опрос, тестирование, учебные игры
5.	Общефизическая подготовка: <i>волейбол;</i>	21	7	14	Беседа, опрос, тестирование, учебные игры
6.	Общефизическая подготовка: <i>баскетбол.</i>	17	7	11	Беседа, опрос, тестирование, учебные игры
<p>Модуль II. «Специальная физическая подготовка» – 31 час</p> <p>Цель: формирование умений и навыков к самостоятельным занятиям по специальной физической подготовке.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости); - развитие специальных физических способностей необходимых в соревновательной деятельности; приобретение необходимых знаний и навыков в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований, в области физической культуры; 					
7.	Специальная физическая подготовка.	21	3,5	17,5	Беседа, опрос, тестирование, учебные игры
8.	Спортивные праздники	3,5	1	2,5	Учебные игры, тестирование
9.	Прием контрольных нормативов и тестов	3,5	1	2,5	Опрос, тестирование, учебные игры

10.	Итоговое занятие	3,5	1	2,5	Опрос, тестирование, учебные игры
11.	Итого	126	32,5	93,5	

Оптимальное количество часов занятий по программе выбирается педагогом в зависимости от уровня подготовленности воспитанников и в соответствии с требованиями тренировочного процесса.

Содержание деятельности программы

<i>I модуль «Общefизическая подготовка»</i>	
Занятие 1	<p>Вводное занятие. Правила техники безопасности.</p> <p><i>Теория.</i> Техника безопасности и правила поведения в зале. Спортивное оборудование и инвентарь, правила обращения с ним. Спортивная форма. Гигиенические требования.</p> <p><i>Практика.</i> Ознакомление с программой. Способы самоконтроля состояния здоровья в школе и дома.</p>
Занятие 2-3	<p><i>Теория:</i> Знания по физической культуре: Режим дня и режим питания. Физические упражнения. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы.</p> <p><i>Практика:</i> Основные правила игры в баскетбол. Основные правила игры в волейбол.</p>
Занятие 4-10	<p><i>Легкая атлетика.</i></p> <p><i>Теория.</i> История возникновения, основные принципы и правила.</p> <p><i>Практика.</i> Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку, в длину. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита.</p>
Занятие 11-16	<p><i>Гимнастика.</i></p> <p><i>Теория.</i> История возникновения, основные принципы и правила.</p> <p><i>Практика.</i> Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах. Круговая тренировка.</p>

Занятие 17-21	<p>Баскетбол. Теория. История возникновения, основные принципы и правила. Практика. Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.</p>
Занятие 22-26	<p>Волейбол. Теория. История возникновения, основные принципы и правила. Практика. Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»</p>
Модуль II. «Специальная физическая подготовка» - 31 час	
Занятие 27	<p>Инструкторская теория: жесты судей в различных видах спорта, основные правила соревнований.</p>
Занятие 28	<p>Гимнастика для глаз. Теория. О гигиене зрения, близорукость, дальнозоркость. Профилактика близорукости. Практические занятия. Комплексы упражнений для профилактики близорукости. Игры: «Внимательные глазки», «Жмурки».</p>
Занятие 29	<p>Дыхательная гимнастика. Теория. Беседа об органах дыхания. Правила дыхания при выполнении общеразвивающих упражнений, ходьбе, беге, прыжках. Практические занятия. Комплексы дыхательной гимнастики. Освоение методики диафрагмально-релаксационного дыхания. Игры: «Кто громче?», «Шарик», «Хомячки», «Подпрыгни и подуй на шарик».</p>
Занятие 30-32	<p>Формирование навыка правильной осанки. Теория. Что такое осанка? Что влияет на формирование осанки? Краткие сведения из анатомии; рассказ о позвоночнике и его функциях, профилактика нарушений осанки.</p>

	<p><u>Практические занятия.</u> Разучивание исходных положений (лежа на спине, животе, на боку, сидя на гимнастической скамейке, стоя). Создание мышечного «корсета», за счет развития мышц разгибателей спины, мышц брюшного пресса и косых мышц живота.</p> <p><i>Упражнения на формирование хорошей осанки:</i> «Чайка», «чайка в ходьбе», «кобра», «пресс-папье» на животе, «вертолет», «стрекоза», «пресс-папье» на боку, «полумост», «морская звезда».</p>
Занятие 33	<p><i>Спортивные праздники.</i></p> <p><u>Теория.</u> Разновидности и история происхождения спортивных праздников. От древности до сегодняшних дней.</p> <p><u>Практика.</u> Для зрелищности и повышения интереса проводятся праздники: «Путешествие в страну здоровья, «Зимние забавы», «Здравствуй лето!»</p>
Занятие 34	<p><i>Прием контрольных нормативов и тестов.</i></p> <p><u>Теория.</u> Правила выполнения испытаний.</p> <p><u>Практика.</u> Тестирование согласно таблице норм ВФСК ГТО.</p>
Занятие 35-36	<p><i>Итоговое занятие.</i></p> <p><u>Теория.</u> Объяснение правил игры.</p> <p><u>Практика.</u> Подвижно-дидактическая игра «Физкульт-лото».</p> <p>Техника безопасности во время летних каникул.</p>

Ожидаемые результаты освоения программы

Личностные:

- формирование доброжелательности и отзывчивости, овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- умение использовать знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учащихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества.

Предметные:

- умение использовать высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- умение укрепления здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- умение самостоятельно организовать и провести подвижные игры в малых группах сверстников;

- умение соблюдать нормы общения и взаимодействия со сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
- умение владеть двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

Регулятивные:

- умение находить проблему;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на здоровый образ жизни, работе на результат;
- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

Коммуникативные:

- освоение продуктивного сотрудничества (общение) со сверстниками на занятиях и вне их;
- готовность конструктивно разрешать конфликты;
- умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты тренировок, выступлений на соревнованиях;
- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Познавательные:

- способность принимать и сохранять цели и задачи ОФП;
- определять наиболее эффективные способы достижения результатов;
- умение понимать причины успеха или неуспеха на занятиях и способность конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;0
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

В результате освоения программы должны знать и иметь представление:

- об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем;
- о способах и особенностях движений, передвижений;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;
- о причинах травматизма и правилах предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- вести дневник самонаблюдения, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- взаимодействовать с ребятами в процессе занятий ОФП.

Формы и методы контроля:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков;
- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.

Система оценки достижений по образовательной программе

Критериоценивания (Качество личности)	Уровни	Показатель уровня критерия	Символ отметки	Методика
Толерантность	Низкий, средний, высокий	Низкий – не способен принимать индивидуальности встречающихся людей; Средний – старается сглаживать и перевоспитывать людей; Высокий – старается сглаживать неприятные ситуации и не вступать в конфликт.	Баллы (1,2,3)	Диагностика коммуникативной толерантности В.В. Бойко
Целеустремленность	Низкий, средний, высокий	Низкий – пониженная потребность в достижении, средний – средняя потребность в достижении, высокий – высокая потребность в достижении. Настойчивость в достижении своих целей. Постоянное стремление сделать дело лучше.	Баллы (1,2,3)	Потребность в достижениях, Орлов. Ю. М., 1978 год
Коллективизм	Низкий, средний, высокий	Низкий - Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально Средний - Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми Высокий - Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми.	Баллы (1,2,3)	Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся Р.В. Овчарова
Творческая активность	Низкий, средний, высокий	Низкий – Проявляет интерес к занятию. Способен повторить задание за педагогом, но не может приступить к выполнению самостоятельно, постоянно требуется помощь педагога. Средний – Наблюдается устойчивый интерес в творческой деятельности. Заинтересован в конечном результате. Может самостоятельно выполнять задания без привнесения новаций. Высокий – Творческая активность на занятиях очень высока. Разрабатывает свои идеи выполняя задания. Заинтересован в выполнении заданий самостоятельно вне учебного процесса.	Баллы (1,2,3)	Методика диагностики уровня творческой активности учащихся, Рожков М.И. и другие

Методическое обеспечение образовательной программы.

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания.

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

Эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование).

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

- оснащение спортивного зала;
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки, с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии;
- спортивный инвентарь (мячи разного диаметра, веса, скакалки, гимнастические палки, гантели, футбольные мячи, кубики, кегли).

Формы аттестации

Личная аттестация обучающихся

Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального физического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: скорость, скоростную выносливость, выносливость, скоростно-силовую работу, силу, овладение техническими и тактическими действиями в спортивных играх.

Такие условия перевода на следующий этап обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень общефизической подготовки детей.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того же

воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Текущий контроль ведется регулярно (в рамках расписания) осуществляется тренером, ведущим занятие.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

В основе текущего и промежуточного контроля лежит тестирование физической подготовленности согласно таблице норм ВФСК ГТО, а также соревновательная и игровая деятельность.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками.

Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

Для развития творческих способностей детей предусмотрены упражнения в системе домашних заданий и заданий педагога на учебных занятиях таких как: придумывание новых упражнений, эстафет и подвижных игр, составление акробатических комбинаций из двух-трех элементов, составление простейших блоков для разминки из двух-трех упражнений, придумывание упражнений для различных частей тела, для различных групп мышц.

Программный материал и методическое обеспечение учебных занятий дают развивать творческие способности, но и способствует воспитанию, как и волевых качеств.

Средствами воспитания нравственных и волевых качеств являются сами физические упражнения, при выполнении которых воспитываются: честность, порядочность, взаимовыручка и целеустремленность, настойчивость и др. В качестве критерия нравственного уровня ребенка используется метод педагогических наблюдений, при помощи которого можно определить насколько претерпели изменения личностные качества детей в процессе обучения.

Показатели успеваемости по программе в целом складываются из суммы итогов аттестации по каждому параметру, которая и определяет уровень результативности освоения программы в соответствии с этапом обучения.

Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводит анализ спортивных достижений детей. Лучшие спортсмены поощряются грамотами.

Литература для педагога:

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы/ Паршикова Н.В., Виноградов П.А., Бабкин В.В., Уваров В.А. – М.: Советский спорт, 2014. – 60с.
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. «Силовая подготовка детей школьного возраста». М. «Издательство НЦ ЭНАС» 2002г.
3. Культура тела и духа/ Царик А.В. – М.: Советский спорт, 2015. - 168с.
4. Матвеев А.П., Петрова Т. В. «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по физической культуре» Издательство М: «Просвещение» 2000г.
5. Минаев Б.Н., Шиян Б.М., «Основы методики физического воспитания школьников» Москва, «Просвещение», 1989г.
6. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ – М «Советский спорт», 2004г.
7. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие/ Фискалов В.Д., Черкашин В.П. –М.: Спорт, 2016.- 352 с.
8. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры: учебник/ Луткова Н.В., Макаров Ю.М., Минина Л.Н. – М.: Академия, 2014. – 272с.
9. Упражнения с предметами (гимнастическая скамейка, стенка)/ Глейберман А.Н. – М.: Физкультура и Спорт, 2015. – 224с.
10. Физическая культура: Учебник. 7-е издание/ Барчуков И.С. М.: Академия, 2013. – 528с.

Литература для обучающихся:

11. Лях В.И., Мейксон Г.Б., «Физическое воспитание учащихся 10-11 классов» Издательство М: «Просвещение» 2002г.
12. Любомирский Л.Е., Мейксон Г.Б., Лях В. И. «Физическая культура» 8-9 класс. Издательство М: Просвещение 2002г.
13. Любомирский Л.Е., Мейксон Г.Б., Лях В. И. «Физическая культура» 10-11 класс. Издательство М: Просвещение 2002г.
14. Лях В. И, Зданевич А. А. Учебник «Физическая культура 10-11кл» Издательство М: «Просвещение» 2006г.
15. Макаров А.Н., Сирус П.З.,Теннов В.П. Учебник для педагогических училищ «Легкая атлетика». Издательство М: «Просвещение» 1990г.