

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет администрации г. Славгорода Алтайского края по образованию
МБОУ "Знаменская СОШ "

РАССМОТРЕНО
ШУМО гуманитарного цикла
Протокол № 5
от «25» августа 2023 г

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 7
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором
МБОУ «Знаменская СОШ»
Приказ № 257
от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа
творческого объединения
(дополнительного образования)
Клуб «Лидер»
8-11 кл.
срок реализации программы
2023–2024 учебный год

Составитель: Куликов Игорь Владимирович,
учитель физической культуры.

г. Славгород
с. Знаменка
2023 г.

Пояснительная записка

Направленность программы:

В группах секции осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности.

Актуальность, педагогическая целесообразность программы дополнительного образования:

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 разработана для желающих заниматься в секции ОФП на основе современных научных данных и практического опыта тренеров и является отображением единства теории и практики. А так же на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

Основные цели и задачи Клуба «Лидер»:

- формирование здорового образа жизни, привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом; укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие (развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей);

Основные задачи:

1.образовательные

-обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)

-формировать знания об основах физкультурной деятельности

2.развивающие

-развитие физических качеств (выносливость, быстрота, скорость)

3.воспитательные

-формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни

-воспитание морально-этических и волевых качеств

4 оздоровительные:

-укрепление здоровья

Отличительные особенности программы клуба «Лидер» по общей физической подготовке:

В отличие от типовой программы, программа по общей физической подготовке 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 футболом. Включено большое количество подвижных игр, что позволяет большую часть занятий проводить на улице. Возможность подбора пары для спортивных игр.

Условия набора.

К занятиям в секции допускаются все учащиеся желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение врача).

Срок освоения программы.

Программа предусматривает 1 год обучения. После прохождения трехлетнего цикла педагог может дополнить программу исходя из своего опыта, специализации и интересов детей.

Режим занятий.

Время, отведенное на обучение, составляет 35 часов в год, 1 часа в неделю, причем практические занятия составляют большую часть программы.

Наполняемость групп.

Максимальный состав группы определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях. В группу принимается не менее 18 человек.

Формы организации занятий.

Основными формами учебно-тренировочной работы в секции являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах.

Формы проведения занятий.

Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра.

Способы проверки результатов.

1. усвоение знаний (опрос, контрольное упражнение, тестирование)
2. устойчивость интереса к предмету (опрос, индивидуальная беседа, коллективная рефлексия, анкетирование)
3. достижения (контрольные испытания, тесты, участие в соревнованиях)
4. физическое развитие (тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.)

Методы и приемы проведения занятий:

Словесные (рассказ, объяснения, указания)

Наглядные (показ, демонстрация иллюстраций, фильмов, кино концовок, просмотр соревнований, демонстрация пособий: схемы, таблицы)

Практические (опробование упражнения, самостоятельное выполнение, соревнования)

Содержание курса

Теоретические знания

Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Гигиена и самоконтроль на занятиях в спортивных секциях. Препреждение травматизма во время занятий физической культуры.

Легкая атлетика Бег 100 метров с низкого старта. Эстафета 4 × 100. Бег 400 метров. Эстафета 4 × 400. Прыжки в длину, способом согнув ноги. Прыжки в длину, способом прогнувшись. Прыжки в длину, способом ножницы. Бег на длинные дистанции. Метание мяча. Метание гранаты. Кросс. Челночный бег. Бег 200 метров. Прыжки в длину с места. Прыжки в высоту, способом перешагивание. Барьерный бег.

Гимнастика.

Упражнения на перекладине: подтягивание. Упражнения на перекладине: выход силой. Упражнения на брусьях: выход силой. Упражнения на брусьях: стойка на плечах. Упражнения на брусьях: махи, кувырок вперед. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках и голове. Переворот боком (Колесо). Мостик. Вольные упражнения. Опорный прыжок через «коня». Опорный прыжок через «козла». Отжимания в упоре лежа. Подъем туловища из положения лежа, ноги закреплены. Упражнения на гимнастическом бревне. Лазание по канату в один прием. Лазание по канату в два приема. Упражнения на «Шведской стенке»: поднимание ног углом. Упражнения со скакалкой, обручем.

Футбол Остановка мяча ногой. Ведение мяча. Игра в футбол по основным правилам. Удары по мячу головой, вбрасывания мяча. Футбол. Игра вратаря, Ловля катящего мяча. Игра.

Баскетбол Правила игры. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ловля и передача мяча в парах и тройках. Броски мяча в кольцо с места. Броски мяча в кольцо в движении и в прыжке/ Отбор мяча у соперника. Обманные движения. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Двусторонняя игра

Волейбол Правила игры в волейбол. Стойки в волейболе. Передвижение в волейболе. Передача мяча друг другу. Передача мяча над сеткой. Подача мяча: нижняя подача. Верхняя подача мяча. Прямая нижняя подача мяча. Боковая нижняя подача мяча. Нападающий удар. Прием мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками Тактика игры. Двухсторонняя игра.

Минифутбол. Ведение и передача мяча. Остановки мяча. Удары по воротам прямым подъемом. Удары по воротам внутренней частью стопы. Тактика игры в нападении. Двусторонняя игра

Тематическое планирование клуба «Лидер»

№ п/п	Тема Занятий	дата	
		по плану	по факту
1	Основы здорового образа жизни		
2	Гигиена и самоконтроль на занятиях в секциях и кружках		
3	Предупреждение травматизма во время занятий		
4	Бег 100 м с низкого старта		
5	Эстафета 4х100 м		
6	Бег 400 м		
7	Прыжки в длину		
8	Бег на длинные дистанции		
9	Метание гранаты		
10	Кросс 2 км		
11	Упражнения с набивным мячом		
12	Ведение мяча одной рукой		
13	Ловля и передача мяча		
14	Броски мяча одной рукой		
15	Штрафные броски		
16	Игра в баскетбол		
17	Силовые упражнения		
18	Упражнения на снарядах		
19	Упражнения на перекладине		
20	Упражнения на брусьях		
21	Подтягивание на перекладине		
22	Лазание по канату в два приема		
23	Опорные прыжки через козла		
24	Силовые упражнения		
25	Вольные упражнения		
26	Строевые упражнения		
27	Повороты на месте, перестроения		
28	Подвижные игры		
29	Стойки и передвижения в волейболе		
30	Передача мяча друг другу		
31	Верхняя подача мяча		
32	Прием мяча снизу двумя руками		
33	Двусторонняя игра		
34	Ведение и передача мяча в минифутболе		
35	Двусторонняя игра в минифутбол.		

Лист коррекции и внесения изменений

Класс	№ урока	Тема урока	Причины

Общие критерии оценки качества рабочих программ

Качество рабочей программы определяется степенью соответствия ее структуры и содержания критериям. В указанной ниже таблице представлен вариант общих уровневых критериев оценки качества рабочих программ учебных предметов, как компонента ООП ОУ.

Оценочный лист рабочей программы

учителя _____

(ФИО)

Критерии	Степень соответствия критериям в баллах	Примечание
Рабочая программа имеет следующую структуру : титульный лист; пояснительная записка; личностные, метапредметные, предметные результаты освоения учебного предмета в данном классе; содержание учебного предмета, курса, модуля и т.д.; тематическое планирование; описание материально-технического и учебно-методического обеспечения Рабочей программы; лист внесения изменений		
Титульный лист оформлен в соответствии с требованиями: указано полное наименование учредителя и образовательного учреждения в соответствии с Уставом школы; имеются грифы согласования программы профессиональным объединением учителей образовательного учреждения (или муниципальным профессиональным объединением учителей) и заместителем директора по УВР; программа утверждена в соответствии с Положением о рабочей программе; имеется гриф утверждения программы руководителем образовательного учреждения с указанием даты и номера приказа; указана степень и параллель, на которой изучается предмет; указаны сроки реализации программы, ФИО и должность разработчиков, наименование населённого пункта и год составления программы		
Пояснительная записка содержит библиографический список программ (примерной, авторской), на основе, которой разработана Рабочая программа; обоснование выбора УМК; цель и задачи обучения предмету; ценностные ориентиры содержания учебного предмета; общую характеристику организации учебного процесса;		

технологий, методов, форм, средств обучения и режим занятий; количество часов, на которое рассчитана рабочая программа; информацию о внесённых изменениях в авторскую программу и их обоснование		
В пояснительной записке конкретизированы цели применительно к условиям своей школы, чётко сформулированы и структурированы задачи		
Метапредметные, предметные и личностные результаты представлены в соответствии с психологической основой формирования умственных действий, определены индикаторы их освоения		
Метапредметные, предметные и личностные результаты представлены на базовом и повышенном уровне		
В содержании учебного предмета, курса определены основные темы, выделены подтемы, конкретно сформулированы виды учебной деятельности учащихся и определено количество часов, необходимое для изучения каждого раздела		
В календарно-тематическом или тематическом планировании указаны перечень разделов и тем, последовательность их изучения; количество часов на изучение каждого раздела и каждой темы; вид занятий (теоретические или практические); виды и формы учебной деятельности; количество и темы контрольных работ		
Описание материально-технического и учебно-методического обеспечения рабочей программы содержит библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе; перечень оборудования и приборов, дидактического материала, ЦОР, Интернет-ресурсов; литературы, рекомендованная для учащихся и литературы, использованной при подготовке программы и т.д.		
Итого		

Для оценки качества рабочей программы при помощи данного оценочного листа, нужно соотнести каждый критерий со структурой и содержанием рабочей программы, т.е. попытаться «увидеть» наличие данного утверждения в программе. При этом программа может соответствовать критерию полностью, частично или критерий может отсутствовать совсем. В случае если программа соответствует критерию полностью, в ячейке напротив можно поставить 2 балла, если частично – 1 балл, если не соответствует – 0.

Если по какому-то критерию программа набрала 1 или 0 баллов, в колонке «примечание» следует указать, что требует доработ