Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей

Шолоховский Центр внешкольной работы

|  |
| --- |
| **«Утверждаю»**  **Директор МБОУ ДОД ЦВР**  **\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.С. Аверьянова**  **«\_\_\_\_\_» сентября 20\_\_\_\_ г.** |

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**ДЕСТКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ**

|  |
| --- |
| **Тип программы: развивающая**  **Составил: Федосеев С.В.-**  **Педагог дополнительного образования физкультурно- спортивного направления.**  **Программа рассчитана на 4 года**  **Апробирована в течение 6 лет на базе Центра внешкольной работы**  **п. Шолоховский Белокалитв. р-на** |

**2012 г.**

**СОДЕРЖАНИЕ:**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА…………………..............................3
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ…...6
3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ …………………………………………..7
4. ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА……………..7
5. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА… 9
6. СОДЕРЖАНИЕ ПРЕПОДАВАЕМОГО ПРЕДМЕТА ……………..13
7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОСУЩЕСТВЛЯЕМОГО ПО ПРОГРАММЕ «АТЛАНТ»………………………….20

1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1-й г.о …………………21
2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2-й г.о …………………………25

10.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3-й г.о …………………29

1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4-й г.о ………………..32
2. КОЕНЦЕПТУАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «АТЛАНТ» ……35
3. СПРОЕКТИРОВАННЫЙ ОБРАЗ ВЫПУСКНИКА ВОСПИТАННИКА ………………………………………………………………………………35
4. ФУНКЦИИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ…………………. 37
5. ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ «АТЛАНТ» ………………………………………………………………………………38
6. НАУЧНО- МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ ДЕТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «Атлант»……………………………….. 39
7. .ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ……………………………………………………………………39
8. МЕТОДЫ И ФОРМЫ ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ …………………………………………41
9. ТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ……......... 43
10. ПРИЛОЖЕНИЕ ………………………………………………………….50
11. МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ П.Д.О. С.В. ФЕДОСЕЕВА……………………………………. …56
12. ЛИТЕРАТУРА…………………………………………………………...81

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

*Говоря о здоровье,*

*мы используем определение,*

*которое предлагает*

*Всемирная организация здравоохранения –*

*«состояние полного физического, психического*

*и социального благополучия,*

*а не только отсутствие болезней».*

Некоторые исследователи (М.Ф. Сауткин; Н.С. Кончиц) отмечают, что в практике физического воспитания не разработаны объективные критерии оздоровительного эффекта физических упражнений. Комплексной программой по физической культуре в системе дополнительного образования предусматривается решение оздоровительных задач, наряду с образовательными и воспитательными

Важнейшие задачи образования в дополнительном образовании - формирование предметных и универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования по профилю; воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития – эмоциональной, познавательной, саморегуляции реализуются в процессе обучения по всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику.

Физическая культура совместно с другими предметами решают одну из важных проблем – проблему здоровья ребёнка.

Предметом обучения физической культуре в возрасте 8-12 лет является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Учитывая эти особенности,

**ЦЕЛЬЮ образовательной программы «Атлант» является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.**

***Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:***

– укрепление здоровья детей посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

– совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

– формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

– развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

– обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

***Образовательная программа «Атлант» направлена на:***

*– реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями обучающихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;*

*– реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности обучающихся;*

*– соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;*

*– расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения обучающихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;*

*– усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования воспитанниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.*

Базовым результатом образования в области физической культуры является освоение обучающимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, программа «Атлант» способствует развитию личностных качеств обучающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки образовательной программы «Атлант».

**АКТУАЛЬНОСТЬ**

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из актуальнейших проблем нашего времени.

Говоря о здоровье, мы используем определение, которое предлагает *Всемирная организация здравоохранения – «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней».*

На состояние здоровья наших детей оказывают существенное влияние, как неблагоприятные социальные факторы, так и экологические, демографические, климатические условия, а именно:

– наследственность;

– климатические условия нашего региона;

– неблагоприятная экологическая обстановка;

– электронно-лучевое и «металло-звуковое» облучение детей (компьютерные игры,

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

Современные дети отличаются от сверстников пятнадцати- двадцатилетней давности любознательностью и большей информированностью, при этом физически слабо развиты. Причина состоит в том, что изменились климато-географические, экологические и социальные условия. Если в прежнее время маленький человек 5–9 лет имел возможность двигаться в семье, во дворе, в школе, то теперь ситуация коренным образом изменилась.

Однако при распределении часов невозможно решить такие глобальные задачи, как формирование здорового образа жизни и развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Кроме того, для решения задач программы реализуют деятельностный подход в соответствии с требованиями ФГОС через ряд деятельностно- ориентированных принципов, а именно:

а) Принцип обучения деятельности. Программа «Атлант» опирается на технологию проблемного диалога. В соответствии с этой технологией воспитанники на занятии участвуют в совместном открытии знаний на основе сформулированной самими детьми цели занятия. У детей развиваются умения ставить цель своей деятельности, планировать работу по её осуществлению и оценивать итоги достижения в соответствии с планом.

б) Принципы управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в жизненной ситуации и от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности. В программе «Атлант» предусмотрена система работы педагога и объединения по развитию умений в решении проблем. На первых порах совместно с педагогом обучающиеся выполняют репродуктивные задания, позволяющие им понять тему, затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых обучающие пробуют применить полученные знания в новой ситуации. ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельностного подхода.

В программе «Атлант» это поддерживается специальным методическим аппаратом, нацеленным на технологию проблемного диалога.

В соответствии с требованиями ФГОС учебники обеспечивают сочетание личностных, метапредметных и предметных результатов обучения. В соответствии с этой технологией и требованиями ФГОС обучающиеся должны чётко знать и понимать цели своего образования, знания, которые они получают, умения, которые они осваивают.

**ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебный план программы «Атлант», изучается по 4 часа в неделю 1 г.о. и 6 часов в неделю 2 г.о.. Программный материал делится на две части. Общий объём учебного времени составляет 144 (1 г.о) и 216 часов (2, 3, 4 г.о). В каждом объединении выделяется время для совместной работы педагогов с родителями (проекты, соревнования, конкурсы).

**ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

**ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

**Универсальными компетенциями** обучающихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

– умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

– умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

– умения доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения обучающимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

– активно включаться в общение и взаимодействие со сверстника- ми на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

– проявлять положительные качества личности и управлять свои- ми эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

– проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

– характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

– находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

– общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

– обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

– организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

– планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

– анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

– видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

– оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эта- лонными образцами;

– управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослы- ми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

– технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения обучающимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

– излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

– представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

– измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

– организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

– бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

– организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

– характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

– взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

– подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

– находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

– выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

– выполнять технические действия из базовых видов спорта, при- менять их в игровой и соревновательной деятельности;

– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.





**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕПОДАВАЕМОГО ПРЕДМЕТА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Разделы программы | 1-й г.о | 2-й г.о | 3-й г.о | 4-й г.о |
| **Знания о физической культуре** | 3 ч. | 3 ч. | 3 ч. | 3 ч. |
| **Способы физкультурной деятельности.** | 3 ч. | 3 ч. | 6 ч. | 6 ч. |
| **Физическое совершенствование**  1. Физкультурно-оздоровительная деятельность  2. Спортивно-оздоровительная деятельность  – гимнастика с основами акробатики  – лёгкая атлетика  – подвижные и спортивные игры  – общеразвивающие упр | **81ч**  22 ч.  16 ч.  14 ч.  12 ч.  17 ч. | **132ч**  22 ч.  26 ч.  25 ч.  22 ч.  37 ч. | **158ч**  32 ч.  36 ч.  36 ч.  27 ч.  27 ч. | **165ч**  25 ч.  46 ч.  31ч.  32 ч.  31 ч. |
| 1**. Подвижные игры с элементами спорта:**  – подвижные игры на основе баскетбола –  – подвижные игры на основе мини-футбола  – подвижные игры на основе бадминтона  – подвижные игры на основе настольного тенниса  – подвижные игры и национальные виды спорта народов России.  .  2. Подготовка и проведение соревновательных мероприятий | **57 ч**.  10  10  10  10  10  7 ч. | 78 ч.  10  10  15  10  15  18 ч. | 49 ч.  6  6  6  6  6  19 ч. | 42 ч.  6  6  6  6  6  12 ч. |
| **Итого:** | **144 ч.** | **216 ч.** | **216ч.** | **216 ч.** |

