

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КОММУНАРСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

ПРИНЯТА:
на Педагогическом совете
Протокол № 2 от 17.04.2024 года

УТВЕРЖДЕНА:
Приказом
МБОУ ДО «Коммунарская СШ»
№ 21 от 18.04.2024 года
Директор И.В. Сергачёва _____

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «Коммунарская СОШ № 1»
_____ И.В. Савельева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Подвижные игры»
Модуль 1 - ОБЩЕПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ
Срок реализации программы 1 месяц

Составители:
Инструктор - методист: Акимова Виктория Анатольевна
Тренеры – преподаватели: Осипова Виктория Васильевна

г.Коммунар
2024 год

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСА.....	3
2. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	8
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	10
4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ.....	13
5.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	15
6 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ.....	17
7. ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ №1 , КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК....	20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» (далее – Программа) разработана на основе:

-Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

-Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

-Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2023 года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Письма Комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 27.03.2015 года №19-1969/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности»;

-Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

-Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";

-Устава и Локальных нормативных актов, Приказов «Коммунарской СШ».

Актуальность программы.

Данная программа является краткосрочной (срок реализации 1 месяц) и служит для организации деятельности обучающихся в летний каникулярный период.

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности старших дошкольников и младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. Они включают в себя разнообразные упражнения, требующие проявления внимания, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Играя, дети учатся проявлять инициативу, происходит формирование их эмоционального мира, поэтому игра представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Подвижные игры помогут восполнить недостаток движения, а также научат принимать оптимальное решение в конкретной обстановке. При этом у обучающихся формируются такие качества как целеустремленность, настойчивость. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма. Они включают в себя разнообразные упражнения, требующие проявления внимания, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости.

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в формировании физически и психологически здоровой, развитой, социально-адаптированной личности ребенка, владеющей навыками подвижных игр и элементами спортивных игр, для его дальнейшего полноценного развития в современном обществе.

Отличительные особенности Программы.

Программа является краткосрочной и позволяет провести предварительный отбор детей на обучение по дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым в МБОУ ДО «Коммунарская спортивная школа».

Цель Программы: в течение месяца научить детей самостоятельно применять подвижные игры в своей физкультурной и досуговой деятельности.

Задачи Программы:

Обучающие:

- освоить теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;
- обучить разнообразным видам и правилам подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности.
- сформировать начальные умения, необходимые для самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Развивающие:

- развивать основные физические качества, двигательные умения и навыки;
- развивать волевые качества — смелость, решительность, самообладание;
- развивать лидерские качества, инициативу и социальную активность.

Воспитательные:

- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательность по отношению друг к другу, честность;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Возраст обучающихся: 5 - 11 лет (старшие дошкольники и младшие школьники).

Сроки реализации программы: 1 месяц (26 часов), уровень освоения — стартовый.

Формы и режим занятий.

Формы организации образовательного процесса: очная, групповая, по подгруппам, индивидуальная. Занятия могут проходить как в помещении, так и на свежем воздухе.

Режим занятий для обучающихся 5 – 7 лет:

- продолжительность одного часа 30 минут;
- продолжительность одного занятия 60 минут;
- занятия проводятся один раз в неделю, общий недельный объём 2 часа;
- количество обучающихся в группе 15 — 30 человек;
- учебно-тематический план рассчитан на 4 недели, без учёта праздничных и выходных дней;

-между занятиями предусмотрены перерывы не менее 10 минут.

Режим занятий для обучающихся 8 – 11 лет:

-продолжительность одного часа 45 минут;

-продолжительность одного занятия 90 минут;

-занятия проводятся один раз в неделю, общий недельный объём 2 часа;

-количество обучающихся в группе 15 — 30 человек;

-учебно-тематический план рассчитан на 4 недели, без учёта праздничных и выходных дней;

-между занятиями предусмотрены перерывы не менее 10 минут.

Приём на обучение по дополнительной общеразвивающей программе «Подвижные игры» осуществляется при отсутствии медицинских противопоказаний, по заявлению родителей.

Условия реализации программы.

Образовательной программой предусмотрена возможность использования сетевой формы реализации образовательной программы.

Адреса мест осуществления образовательной деятельности по дополнительной общеразвивающей программе «Подвижные игры»:

-188320, Ленинградская область, Гатчинский район, г. Коммунар, ул. Школьная, д. 15-а. («Коммунарская СШ»);

-188320, Ленинградская область, Гатчинский район, г. Коммунар, ш. Ленинградское, д.22 (МБОУ «Коммунарская СОШ №1»).

Кадровые ресурсы:

Осипова Виктория Васильевна (первая квалификационная категория)

Материально-технические ресурсы: спортивный зал, гимнастические скамейки, гимнастические палки, маты, обручи, скакалки, кубики, конусы, мячи для спортивных и подвижных игр, акустическая система, стадион, футбольное поле, три беговых дорожки.

Планируемые результаты и формы их оценки.

Обучающиеся будут знать:

- основы правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями;

- правила проведения подвижных игр, эстафет;

- основы здорового образа жизни;

- правила поведения во время игр.

Обучающиеся будут уметь:

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);

- проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- оценивать правильность выполнения двигательных действий;
- активно включаться в процесс выполнения заданий в играх;
- организовывать и проводить самостоятельные формы занятий.

Личностные результаты освоения Программы:

проявление доброжелательности и уважения к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- проявление находчивости в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр;
- умение слушать и вступать в диалог.

Метапредметные результаты освоения Программы:

- умение применять игровые навыки в жизненных ситуациях;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Предметные результаты освоения Программы:

- умение использовать разученные подвижные игры для своего досуга;
- знание истории возникновения подвижных игр;
- знание требования безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий в помещении, сохранность природы во время занятий подвижными играми на улице.

2.УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
2.1. МОДУЛЬ 1 - ОБЩЕПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ *

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			
			Теория	Практика	
1	Общая физическая подготовка.	1	1/2	1/2	Устный опрос, тестирование
2.	Дышим правильно.	1	1/2	1/2	опрос, соревнование эстафета
3.	Растяжки. Как правильно растягиваться?	1	1/2	1/2	опрос, соревнование эстафета
4.	Координация движений.	1	1/2	1/2	опрос, соревнование эстафета
5.	Прыжки.	1	1/2	1/2	опрос, соревнование эстафета
6.	ОРУ с мячом.	1	1/2	1/2	опрос, соревнование эстафета
7.	Медицинское обследование.	1/2	1/2	1/2	мед.допуск (справка)
8.	Итоговая аттестация.	1	-	1	

9.	Воспитательная работа.	1/2	1/2	1/2	беседы
Всего:		8	3,5	4,5	

*Учебно-тематический план составлен без учёта праздничных и выходных дней.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. МОДУЛЬ 1 - ОБЩЕПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

3.1.1. Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка.

Теория.

Правила безопасности при выполнении упражнений.

Практика.

Комплексы упражнений на развитие основных двигательных качеств с использованием спортивного инвентаря: гантели, эспандеры, скакалки, мячи, гимнастические палки, диск «Здоровье». Прыжки через скакалку. Жонглирование одним и двумя мячами. Веселые старты - эстафеты: ведение мяча, броски и ловля.

Дышим правильно.

Теория.

Об органах дыхания. Типы дыхания. Диафрагмально-релаксационное дыхание. Правила дыхания при выполнении упражнений, ходьбе, беге, прыжках. Комплексы дыхательной гимнастики.

Практика.

Специальные дыхательные упражнения при бронхо - легочных заболеваниях. Освоение методики диафрагмально-релаксационного дыхания. Подсчет частоты пульса после физической нагрузки и в покое.

Растяжки. Как правильно растягиваться.

Теория.

Что такое растяжки. Как правильно растягиваться. Растяжка естественная и механическая – что лучше.

Практика.

Учимся правильно растягиваться. Упражнения на растяжку. Способы растяжек. Ежедневная растяжка дома.

Координация движений.

Теория.

Как это координировать свои движения? Как правильно выполнять упражнения на координацию движений, Природная и приобретённая координация. Проверка природной координации, её развитие.

Практика.

Упражнения на координацию, тесты.

Прыжки.

Теория.

Правила при выполнении прыжков. Правила техники безопасности при выполнении прыжков. Виды спорта.

Практика.

Почему нам нравится прыгать, Прыжки людей и животных (просмотр видеоматериала), Прыжки и подпрыгивания. Прыжки по прямой, в сторону и назад. Прыжки на гимнастической скамейке. Прыжки в длину и высоту. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки с места и с разбега. Прыжки с поворотами на 180° и на 360°. Отработка умения прыгать на стадионе. Прыжки со скакалкой.

ОРУ с мячом.

Теория.

Правила техники безопасности при выполнении бросков и ловле мяча. Основные правила при бросках и ловле мяча. Название игр с мячом. Иметь представление об играх с мячом.

Практика.

Техника работы мячами разного диаметра. Броски. Ловля. Передача мяча. Жонглирование. Комплексы упражнений с малыми и средними мячами. Метание в цель. Игры и эстафеты с мячами.

3.1.2. Медицинское обследование.

Медицинское обследование проводится один раз в год врачом – педиатром и подтверждается справкой о допуске к занятиям и участию в соревнованиях.

3.1.3. Воспитательная работа.

Воспитательная работа проводится на учебно-тренировочных занятиях, спортивно – массовых мероприятиях, соревнованиях и в свободное от учебно-тренировочных занятий время.

Беседы на тему:

-культура поведения на учебно-тренировочных занятиях, при проведении спортивно – массовых мероприятий, соревнований;

-вежливость, опрятность, культура речи, не только в обращении со старшими, в торжественной обстановке, но и в повседневной жизни.

Работа с детским коллективом:

- проведение традиционных спортивных праздников;

- помощь в организации и проведении школьных мероприятий, спартакиад, соревнований;

Работа с родителями:

- проведение родительских собраний, консультаций;

- спортивных соревнований с участием родителей;

Важной частью системы воспитательной работы является формирование и укрепление школьных традиций:

День рождения СШ, оформление школьных стендов, участие в соревнованиях.

4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЁТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Для отслеживания результативности освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится вводный, текущий и итоговый контроль. Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется с помощью методов опроса, наблюдения, тестирования.

Вводный контроль (входное тестирование) проводится на первом занятии для определения уровня физической подготовленности обучающихся. Форма проведения – собеседование, наблюдение, тестирование.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебно-тренировочного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений. Обучающиеся оценивают результаты свои, товарищей, объясняют, что получается, а над чем ещё надо поработать. Главное – дети получают моральное и физическое удовлетворение от того, что их успехи ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

Итоговая аттестация проводится в конце обучения. Форма проведения — наблюдение, тестирование.

Результативность обучения определяется динамикой показателей физической подготовленности и умением играть и проводить подвижные игры.

Формы подведения итогов реализации программы:

-стабильность состава обучающихся, посещаемость ими занятий;

-динамика индивидуальных показателей физического развития и основных физических качеств обучающихся;

-освоение объемов учебно-тренировочных нагрузок предусмотренных учебно-тематическим планом данной Программы.

Итоги реализации Программы подводятся при выполнении контрольных упражнений, сдаче контрольных нормативов.

Контрольное тестирование уровня физической подготовленности обучающихся 5 - 7 лет

№	Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Н	С	В	Н	С	В
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	7,4 и выше	7,3-6,4	6,3 и ниже	7,6 и выше	7,5-6,5	6,4 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м (с)	11,2 и выше	11,1-10,3	10,2 и ниже	11,7 и выше	11,6-10,6	10,5 и ниже
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	100 и ниже	101-135	136 и выше	100 и ниже	101-130	131 и выше

Контрольное тестирование уровня физической подготовленности обучающихся 8 - 11 лет

№	Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Н	С	В	Н	С	В
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	7,2 и выше	7,1-6,2	6,1 и ниже	7,5 и выше	7,4-6,3	6,3 и ниже
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м (с)	10,9 и выше	10,8-10,0	9,9 и ниже	11,4 и выше	11,3-10,3	10,2 и ниже
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	110 и ниже	111-145	146 и выше	110 и ниже	111-140	141 и выше

Уровень:

В – высокий

С – средний

Н – низкий

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

№ п/п	Тема программы	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1.	Общая физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая	Словесный, практический; объяснение , наглядный показ тренером - преподавателем.	Информационные стенды, спортивный зал, спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи	Текущий; опрос, соревнование, эстафета
2.	Дышим правильно	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая	Словесный, практический; объяснение , наглядный показ тренером - преподавателем.	Информационные стенды, спортивный зал.	Текущий; опрос, соревнование, эстафета
3.	Растяжки. Как правильно растягиваться .	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая	Словесный, практический; объяснение , наглядный показ тренером - преподавателем.	Спортивный зал, спортивный инвентарь: гимнастические маты	Текущий; опрос, соревнование, эстафета
4.	Координация движений.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы,	Словесный, практический; объяснение, тренировки, наглядный показ тренером -	Правила игры, спортивный зал, спортивный инвентарь: мячи, скакалки,	Текущий; опрос, соревнование, эстафета

		подгрупповая	преподавателем.	конусы, обручи	
5.	Прыжки.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая	Словесный, практический; объяснение правил игры, тренировки, наглядный показ педагогом.	Правила игры, спортивный зал, спортивный инвентарь: мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи	Текущий; опрос, соревнование, эстафета
6.	ОРУ с мячом.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая	Словесный, практический; объяснение, тренировки, наглядный показ тренером - преподавателем.	Правила игры, спортивный зал, спортивный инвентарь: мячи, гимнастические маты, скамейки	Текущий; опрос, соревнование, эстафета
7.	Итоговый контроль	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая	Словесный, практический, выполнение целостного упражнения.	Спортивный зал, протокол итогового контроля	Итоговый; тестирование

6. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ.

6.1. Литература

Список литературы использованной при составлении программы и адресованной педагогам:

- 1.Белякова Т.Н. Стань сильным, ловким и выносливым.
- 2.Евдокимова Т.А., Клубкова Е.Ю., Дидур М.Д. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма. Методическое руководство для специалистов ЛФК и фитнес-центров. СПб, 2000 г.
- 3.Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Укрепление организма. СПб: Детство-пресс, 2000 г.
- 4.Иванов М.С. Лечебная физкультура при заболеваниях в детском возрасте. М., 1975 г.
- 5.Красикова И.С. Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение. Корона принт, СПб, 2003 г.
- 6.Куликовская Т.А. Скороговорки и чистоговорки. Практикум по улучшению дикции. М.: ООО «Издательство Гном и Д», 2000 г.
- 7.Лаптев А.К. Тайна пирамиды здоровья. СПб: РЕТРОС, 1998 г.
- 8.Никитин С.Е., Тришин Т.В. Здоровье и красота вашей осанки. М.: Сов.Спорт, 2002 г.
- 9.Обухова Л.А, Лемяскина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников. Методическое пособие. М.: ТЦ Сфера, 1999 г.
- 10.Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей. М., СПб: АСТ, Сова, 2005 г.
- 11.Останко Л.В. Сто веселых упражнений для детей. СПб: Корона принт, 2005 г.
- 12.Потанчук А.А., Спирина И.Ю. Осанка детей. СПб: Комета, 1994г.
- 13.Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. СПб, 1997 г.
- 14.Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. М.: АСТ, 2002г.
- 15.Соколов П.П. Физкультура против недуга. Гипотонию можно одолеть. М.: Сов. Спорт, 1989 г.
- 16.Смирнов И. Восстановление и профилактика зрения у детей и взрослых. М.: Центрполиграф, 2004 г.
- 17.Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: Аркти, 2003 г.
- 18.Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет. Ярославль: Академия Развития, 2003г.
- 19.Трищак Е. Энциклопедия массажа от А до Я. М.: Ринол, 2003 г.
- 20.Тюрин А. Самомассаж. СПб: Питер, 1997 г.

21.Энциклопедический справочник. Здоровье детей. М.: Русское энциклопедическое товарищество, 2004 г.

22.Интернет – ресурсы.

Список литературы рекомендованной детям и родителям в помощь освоения программы:

1.Белякова Т.Н. Стань сильным, ловким и выносливым.

2.Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Укрепление организма. СПб: Детство-пресс, 2000 г.

3.Куликовская Т.А. Скороговорки и чистоговорки. Практикум по улучшению дикции. М.: ООО «Издательство Гном и Д», 2000 г.

4.Лаптев А.К. Тайна пирамиды здоровья. СПб: РЕТРОС, 1998 г.

5.Никитин С.Е., Тришин Т.В. Здоровье и красота вашей осанки. М.: Сов.Спорт, 2002 г.

6.Обухова Л.А, Лемякина Н.А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников. Методическое пособие. М.: ТЦ Сфера, 1999 г.

7.Останко Л.В. Сто веселых упражнений для детей. СПб: Корона принт, 2005 г.

8.Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. М.: АСТ, 2002 г.

9.Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: уроки здоровья для детей 5-8 лет. Ярославль: Академия Развития, 2003 г.

5.2. Интернет – ресурсы.

Официальный сайт Минпросвещения России

<https://edu.gov.ru/>

"Российское образование"

<http://www.edu.ru/>

"Единое окно доступа к образовательным ресурсам"

<http://window.edu.ru/>

Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов

<http://www.school-collection.edu.ru>

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области

<http://www.edu.lenobl.ru/>

Ленинградский областной институт развития образования

<http://www.loiro.ru>

Центр ЛАДОГА

<http://udod-ladoga.ru/>

Официальный сайт Администрации Гатчинского муниципального района

<http://radm.gtn.ru/>

Комитет образования Гатчинского муниципального района

<http://edu.gtn.lokos.net/>

Официальный сайт администрации города Коммунара

<http://www.kommunar.spb.ru/>
Газета “Город Коммунар” (СМИ)
<https://vk.com/gazetagorodkommunar>

5.3. Аудиовизуальные средства.

- кинофильмы;
- кинофрагменты;
- кинокольцовки;
- диафильмы;
- транспаранты;
- записи на CD;
- радио- и телепередачи и др.

Календарный учебный график
2023 – 2024 учебный год
По программе «Подвижные игры»

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры», направление обще – физическая подготовка.

1.Тренерско-преподавательский состав:

-Осипова Виктория Васильевна (первая квалификационная категория).

2.Адреса мест осуществления образовательной деятельности по дополнительной общеразвивающей программе «Подвижные игры»:

-188320, Ленинградская область, Гатчинский район, г. Коммунар, ул. Школьная, д. 15-а. («Коммунарская СШ»);

-188320, Ленинградская область, Гатчинский район, г. Коммунар, ш. Ленинградское, д.22 (МБОУ «Коммунарская СОШ №1»).

3.Начало, продолжительность и окончание программы:

-освоение программы начинается 1 июня 2024 года;

-общее количество недель – 4;

-окончание освоения программы 30 июня 2024 года.

4.Набор в группы осуществляется 3,10,17 мая 2024 года.

Дополнительный набор осуществляется, при наличии вакантных мест в группе:

-24 и 31 мая 2024 года.

5.Праздничные дни: 12 июня 2024 года.

6.Сроки проведения вступительного тестирования – май 2024 года

7.Сроки проведения текущего тестирования – июнь 2024 года

8.Сроки проведения итогового тестирования – 4 неделя июня 2024 года

9.Возраст обучающихся – 5 – 7 и 8 – 11 лет.

10.Программа рассчитана на один месяц обучения.

11.Режим занятий:

-продолжительность одного часа 30 и 45 минут;

-продолжительность одного занятия 60 и 90 минут;

-занятия проводятся один раз в неделю, общий недельный объём 2 часа;

-между занятиями предусмотрены перерывы не менее 10 минут.

12.Количество обучающихся в группе 15 – 30.