

Департамент образования Администрации муниципального образования
город Салехард
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»

Рассмотрена на заседании
методического совета
30 мая 2023 года
Протокол № 3



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«ОФП (ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА)»**

Возраст воспитанников - 10-14 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования,
1 квалификационной категории
Дроботенко Виталий Михайлович

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа по ОФП разработана на:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 года № 1726-р (ред. От 30.03.2020);
5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;
6. Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Программа воспитания МБУ ДО ЦВР 2023-2024 гг.

Программа рассчитана на школьников в возрасте от 10 до 14 лет.

Основой ОФП являются развитие физических качеств человека: быстрота, ловкость, сила, гибкость, выносливость. Занятия ОФП общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года.

В процессе ОФП учащиеся совершенствуют умение управлять движениями, развивают навыки в быстром и экономном передвижении, преодолении препятствий, которые способствуют гармоничному развитию детей. ОФП имеет большое оздоровительное значение. Занятия, как правило, проводятся на свежем воздухе. ОФП требует динамической работы многих мышц, что позволяет легко регулировать нагрузку, улучшает деятельность двигательного аппарата, внутренних органов, центральной нервной системы и организма в целом.

Программа ориентируется на развитие природных качеств личности, помогает учесть ее возможности в семье и школе, предоставляет ребенку право усвоить тот уровень программного материала, который ему доступен.

Кружок «ОФП» входит во внеурочную деятельность по направлению физкультурно-спортивное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на развитие физических качеств, формирование коммуникативных, двигательных навыков. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Направленность программы

программы является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие физических качеств, творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию;

- овладение «школой движений»;

развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности

Новизна программы

Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся. Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры. В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долговую сохранность творческой активности;

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности. В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
 - понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Основные этапы реализации программы: период обучения по программе «ОФП» рассчитан на первый год обучения:

Первый год обучения. Процесс формирования у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие физических качеств, творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, а также регулярные занятия физической культурой и спортом.

Актуальность программы

Обучающийся научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;

- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Обучающийся получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Обучающийся научится:

использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств,

самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять

тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Обучающийся получит возможность научиться: вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности; проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность; проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование

Обучающийся научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега,
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Адресат программы

Программа предназначена для детей 10-14 лет.

Для детей это период жизни, полный «бурь и волнений». Многие специалисты в области развития ребенка верят, что переходный возраст является беспокойным периодом жизни человека потому, что взрослые нечетко себе представляют, насколько повзрослевшей они хотят видеть молодежь этого возраста.

Хотя к возрасту 14-ти лет дети часто уже сформировались физически в юношей и девушек и выглядят иногда старше своих лет. уровень восприятия и эмоции у них остаются по-прежнему детскими. А взрослые часто ожидают от подростков взрослого поведения. В этом возрасте дети начинают одинаково одеваться, сбиваться в группы, придумывать свои шутки и собственный жаргон, в попытке быть своим среди своих.

Подростки не отчуждаются от своих семей, но все чаще обращаются к родителям в силу необходимости: когда нуждаются в защите, например во время кризисных ситуаций, или в материальной поддержке, например, - в деньгах.

Если у детей портятся отношения с родителями в этом возрасте, то эта проблема лишь усугубится в старших классах. А ведь отсутствие контакта со взрослыми в юности делают молодежь неустойчивой к влиянию со стороны сверстников, для которых употребление алкоголя и наркотиков является нормой поведения.

Подростки стремятся выйти из под опеки. Их желание принадлежать к какой-либо группе означает, что они все больше находятся под влиянием посторонних людей - как сверстников, так и тех, кто взрослее.

Подростки предпочитают проводить свободное время со своими ровесниками. На формирование самооценки, самоуважения подростка значительную роль оказывает восприятие его сверстниками, их мнение. Очень важно общение и взаимопонимание. Как часто взрослые слышат «Вы нас не понимаете. Вам некогда по-человечески поговорить...»

В условиях подросткового периода молодые люди как бы рождаются заново. Подростки чувствуют, что все, связанное с прошлым, особенно то, что характеризовало их как ребенка, необходимо пересмотреть. С физическим развитием появляется возможность новой роли, когда все возможно, и нет ничего определенного. У них слабое самовосприятие: они не уверены, достаточно ли быстро взрослеют и изменяются, в каком направлении им идти дальше. Это состояние порождает чувство собственной неполноценности, смятение, расстройство, нервное возбуждение, страхи и переживания.

В это время ребята начинают принимать осознанные решения, касающиеся их жизни, включая решение о том, продолжать ли образование или нет. Кое-кто начинает подумывать о том, чтобы бросить учебу, выбрав вместо этого путь, который по их мнению потребует меньше усилий и быстрее принесет конкретные плоды (уход из школы после 9 класса). Этот период является для них определяющим временем принятия решений относительно будущего. В этом возрасте молодые люди начинают мыслить абстрактно и задумываться о будущем. Они уже понимают, что их действия имеют последствия, а их поведение влияет на окружающих и вызывает у них определенные эмоции.

Объем и срок освоения программы

Программа реализуется в течение 1 года.

первый год обучения рассчитан на 136 учебных часов.

Формы обучения - очное, с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. Занятия ведутся на русском языке

Особенности организации образовательного процесса

В соответствии с учебным планом в объединении по интересам, сформированные группы учащихся разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения.

Состав группы постоянный.

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Занятия проводятся два раза в неделю по два учебных часа. Продолжительность одного учебного часа — 45 минут, перерыв между занятиями — 10 минут.

Педагогическая целесообразность.

Обстановка, складывающаяся в стране в области военно-патриотического воспитания, настоятельно требует пересмотра системы воспитания и подготовки подрастающего поколения в области физкультурно-спортивной.

Основанием для разработки данной программы стала экономическая, политическая и социальная ситуация в стране, с учетом принципиально-качественных изменений в образовании и развитии детей и подростков. Занятия по дополнительной образовательной программе «ОФП» тесно связаны с такой дисциплиной общеобразовательных учреждений, физическая культура.

При разработке содержания программы принималась во внимание **специфика направленности**, которая заключается в следующем:

-учет основных закономерностей развития теории военно-патриотического воспитания;
-иитеративность - охват многих сферы человеческой деятельности; -направленность на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность личности, общества и государства.

При разработке структуры и содержания программы учитывались такие **педагогические принципы** организации учебно-воспитательного процесса как

непрерывность и системность обучения, постепенное наращивание информационной и воспитательной нагрузки обучающихся с учетом их возрастных особенностей и уровня подготовки.

Программа педагогически целесообразна, т.к. при ее реализации, она органично вписываясь в единое образовательное пространство учреждения, оставаясь самостоятельным структурным подразделением, становится важным и неотъемлемым компонентом, способствующим формированию исторического и гражданского сознания, воспитанию патриотизма, толерантного отношения к людям, прививаются навыки профессиональной деятельности.

Предполагается развитие ребенка в самых различных направлениях: физкультура и спорт, умение анализировать, нестандартно мыслить, принимать решения. Все это необходимо современному человеку, чтобы осознать себя гармонично развитой личностью.

Отличительные особенности программы

Программа модифицированная, составлена на основе программ:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 4 классов /А.П. Матвеева - М.; Просвещение, 2011.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов /А.П. Матвеева - М.; Просвещение, 2012.
3. Твой олимпийский учебник (Текст): учеб. пособие для олимпийского образования/ В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. - 24-е изд., перераб. И доп.- М.: Советский спорт, 2012,-152с :ил.

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

Цель программы

Развитие личности ребенка, способного к творческому самовыражению через овладение основами физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи.

На предметном уровне за 1 год обучения

Получить знания:

- По технике безопасности на занятиях. По общим требованиям безопасности.
- По личной гигиене, режиме дня, гигиене тела
- По медицинской подготовке и доврачебной помощи.
- Характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту.
- Определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Усвоить умения

- По выполнению упражнений на развитие выносливости.
- По выполнению упражнений на наращивание силы. Оказания доврачебной медицинской помощи.

Задачи метапредметных результатов:

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры: - знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотносить с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;

- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры.

способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Задачи личностного развития

1. Развитие личностных, физических и духовных качеств, соответствующих высокому уровню гражданственности;

2. Формирование и развитие чувства преданности своему Отечеству;

3. Развитие умений:

-анализировать специальную информацию, получаемую из различных источников; -принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

-Развивать социальную активность, побудить и привить интерес к себе и окружающим. -Научить саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативы и самостоятельности, осуществлять правильный выбор форм поведения. -Прививать уважение к членам коллектива, помочь обрести социальный статус, выполнять определенную роль в коллективе.

Учебно-тематический план 1 года обучения.

№ п/п	Содержание разделов программы по направлениям	Формы контроля	Всего часов	Теория	Практика
<i>I</i>	Организационное занятие Техника безопасности на занятиях. Проведение инструктажей.	Моделирование обучающих ситуаций	2	2	0
<i>II</i>	Физкультурно-спортивная деятельность		124	4	120
2.1.	Общая физическая подготовка Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие силы. Соревнования, спортивные игры.	Зачет	114	0	114
2.2.	Гигиена человека. Личная гигиена. Режим дня. Гигиена тела.	Беседа Конструктивное занятие Тест	2	2	0
2.3.	Медицинская подготовка Оказание доврачебной помощи	Рассказ с демонстрацией. Практическое занятие	8	2	6
<i>III</i>	Контрольные занятия	Подведение итогов	10	10	0
	Всего по программе		136	16	120

Содержание учебного плана программы 1 года обучения

I. Организационное занятие.

Теория. Техника безопасности на занятиях. Общие требования безопасности. Инструкции по технике безопасности. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Практика. Моделирование обучающих ситуаций.

II. Физкультурно-спортивная деятельность

2,1. Общая физическая подготовка: Практика

Упражнения на развитие выносливости.

Равномерный бег в сочетании с ходьбой (бег 220м. . ходьба 50м.; бег 300м.. ходьба 100м.). Равномерный продолжительный бег со скоростью 2-3м/с.; повторный бег на отрезках 200- 800м.

Кроссовый бег (бег по пересеченной местности). Упражнения на наращивание силы.

Упражнения с гантелями, упражнения с гириями, силовые упражнения с партнером; упражнения на тренажерах. Соревнования. Спортивные игры.

2.2. Гигиена человека Теория. Личная гигиена.

Чистота воздуха, которым мы дышим. Чистота еды и питья, которые мы употребляем в пищу. Чистота одежды и обуви.

Чистота воды, в которой мы купаемся и моемся.

Чистота предметов, которыми мы пользуемся в повседневной жизни.

Режим дня.

Основа режима дня. Биоритмы. Активные и пассивные часы для всех. Правильный режим дня. Гигиена тела.

Гигиена волос, гигиена полости рта, гигиена рук и ног, гигиена половых органов.

2.3..Медицинская подготовка.

Оказания доврачебной медицинской помощи Теория.

понятие о ранах и их осложнениях, виды кровотечений и их характеристика.

причины ожогов и их степень тяжести, понятие об ожоговой болезни.

шок. причины возникновения шока, признаки и степень тяжести травматического шока;

виды повязок, основные типы бинтовых повязок, перевязочный материал.

Практика

оказание доврачебной медицинской помощи в полевых условиях, используя подручные материалы;

первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях; материалы, используемые для наложения жгута;

методика наложения жгута; способы остановки венозных и капиллярных кровотечений:

VI. Заключительное занятие.

Теория.

Подведение итогов прохождения программы. Смотр - конкурс побед за учебный год.

Награждение победителей.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график I количество учебных недель

1 год обучения-34 недели;

2 год обучения-36 недель;

I количество учебных занятий:

1 год обучения-60 занятия;

2 год обучения-76 дня;

I продолжительность каникул 3 месяца: I даты начала учебных периодов

1 год обучения- 15 сентября;

2 год обучения- 1 сентября;

I даты окончания учебных периодов - 31 мая.

Программа воспитания

Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель – развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания:

- Использовать в воспитании детей возможности учебного занятия по дополнительным общеобразовательным программам как источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству; содействовать успеху каждого ребенка.

- Организовывать воспитательную работу с коллективом и индивидуальную работу с обучающимися детского объединения.

- Реализовывать потенциал событийного воспитания для формирования духовно-нравственных ценностей, укрепления и развития традиций детского объединения и образовательной организации, развития субъектной позиции обучающихся.

- Организовывать работу с родителями (законными представителями) обучающихся для совместного решения проблем воспитания и социализации детей и подростков.

- Реализовывать потенциал наставничества в воспитании детей и подростков как основу поддержки и развития мотивации к саморазвитию и самореализации.

- Содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе индивидуальных проб в совместной деятельности и социальных практиках.

Результат воспитания

— активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявление положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

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

— оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

Календарный план работы:

№ п/п	Мероприятие	Участники	Уровень	Сроки проведения
1.	Торжественное открытие Центра патриотического воспитания	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Сентябрь
2.	Слёт юнармейских отрядов и кадетских классов города	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Сентябрь
3.	Всероссийская акция «Мир на ладошке» ко Дню солидарности в борьбе с терроризмом.	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Всероссийский	Сентябрь
4.	Окружные учебно-тренировочные сборы для допризывной молодежи «Горные стрелки»	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Региональный	Сентябрь
5.	Всероссийская неделя безопасности дорожного движения	Обучающиеся ОУ ЯНАО	Всероссийский	Сентябрь
6.	Всероссийская акция «Письмо солдату»	Обучающиеся ОУ ЯНАО	Всероссийский	Сентябрь-май
7.	Мероприятия ко Дню памяти жертв политических репрессий	Обучающиеся ОУ ЯНАО	Институциональный	Октябрь
8.	Единый урок Недели сбережений	Обучающиеся ОУ ЯНАО	Всероссийский	Сентябрь-октябрь
9.	Всероссийский конкурс творческих, проектных	Обучающиеся ОУ ЯНАО	Всероссийский	Сентябрь-октябрь

	и исследовательских работ учащихся «#ВместеЯрче»			
10.	Организация и проведение мероприятий в рамках недели «Ура, каникулы!» (по отдельному плану)	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Октябрь-ноябрь
11.	Соревнования по пулевой стрельбе	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Ноябрь
12.	Мероприятия, посвященные Дню народного единства	Обучающиеся МБУ ДО ЦВР	Муниципальный	Ноябрь
13.	Мероприятия, посвященный Дню матери	Обучающиеся МБУ ДО ЦВР	Муниципальный	Ноябрь
14.	Городские соревнования по пулевой стрельбе, посвященные Дню народного единства	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Ноябрь
15.	Спортивное мероприятие «Служу Отечеству», посвященное Всероссийскому Дню призывника	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Всероссийский	Ноябрь
16.	Спартакиада «Школа мужества» среди допризывной молодежи ЯНАО	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Ноябрь
17.	Открытый турнир по пулевой стрельбе из пневматической винтовки, посвященный Дню образования ЯНАО	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Декабрь
18.	Единый урок «Мы Россияне», посвященный Дню Конституции РФ	Обучающиеся МБУ ДО ЦВР	Институциональный	Декабрь
19.	Всероссийская акция памяти «Блокадный хлеб»	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Январь
20.	Месячник оборонно-массовой и спортивной работы, посвященного Дню защитника Отечества (по отдельному плану)	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Январь-февраль

21.	Месячник антинаркотической направленности (по отдельному плану)	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Апрель
22.	Соревнования среди воспитанников физкультурно-спортивных объединений МБУ ДО ЦВР «В здоровом теле-здоровый дух, посвященные Всемирному Дню здоровья	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Апрель
23.	Мероприятия, посвященные празднованию Дня Победы	Обучающиеся ОУ г. Салехард	Муниципальный	Апрель-май
24.	Соревнования по стрельбе, посвященные Дню Победы	Обучающиеся МБУ ДО ЦВР	Муниципальный	Май

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Эффективность реализации дополнительной образовательной программы «ОФП» зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями программы, её многопрофильностью и практической направленностью. Используются помещения:

- учебный кабинет (для теоретических занятий);
- спортивный зал (для отработки практических навыков);
- тренажерная комната (для физической подготовки);
- естественные природные условия (для организации соревнований и тренировочных занятий);
- учебный кабинет ПМП (для отработки первой медицинской помощи);

Характеристика помещения для занятий по программе

Теоретические занятия рекомендуется проводить в учебных кабинетах, с использованием широкого спектра раздаточных материалов, наглядных пособий, видеофильмов, с использованием образовательных технологий: ИКТ-технологии, технология разно-уровневого обучения. Но в целом, программа является практико-ориентированной.

Для эффективного усвоения учебного материала, развития необходимых навыков, практическая деятельность организуется преимущественно в специализированных местах, оснащенных необходимым оборудованием (спортивный зал, открытая спортивная площадка и т.д.).

Для повышения физической выносливости часть занятий проводится на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, сборов, соревнований, практических учебных занятий.

Практические занятия по ОФП проходят в основном в закрытых помещениях: спортивный зал, учебный кабинет, тренажерный зал. Помещения и оборудование

1. Учебный кабинет для занятий.
2. Спортивный зал.
3. Уличная спортивная площадка

**Перечень оборудования, инструментов и материалов,
необходимых для реализации программы**

№ п/п	Наименование	Кол-во
<i>Спортивный инвентарь</i>		
1	Гантели 6 кг.	8 шт.
2	Гантели 4 кг.	6 шт.
3	Лапа тренировочная.	4 шт.
4	Секундомер электронный.	
5	Блины для штанги (10 кг.)	10 шт.
6	Гимнастический конь.	1 шт.
7	Гимнастический козел.	1 шт.
8	Гимнастическая перекладина.	1 шт.
9	Шведская стенка.	4 шт.
10	Шины большие и малые.	2 шт.
11	Скакалка.	15 шт.
12	Мячи баскетбольные.	2 шт.
13	Мячи футбольные.	2 шт.
14	Мячи волейбольные.	2 шт.
15	Ракетки бадминтонные.	Компл.
16	Планки (60 см.).	4 шт.
17	Планки (90 см.).	2 шт.
18	Маты гимнастические.	10 шт.
19	Ковровое покрытие (по размеру матов).	1 шт.

Информационное обеспечение - аудио-, видео-, фото-, интернет источники,

Кадровое обеспечение.

Программа может реализовываться педагогами дополнительного образования, тренерами-преподавателями, учителями физической культуры. Образование - не ниже средне специального, педагогическое. Опыт педагогической работы с учащимися не менее одного года. Программа предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования, учителей общеобразовательных учреждений.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Оценка эффективности реализации программы осуществляется на основе обобщенных оценочных показателей, включающих целенаправленность дополнительного образования по общей физической нагрузкой, его системный, содержательный и организационный характер, использование современных технологий воспитательного воздействия.

Духовно-нравственн ые параметры:

- повышение толерантности, проявление активной гражданской позиции обучающихся;
- повышение интереса к спортивным традициям города, района, области и страны,

- утверждение в сознании молодого поколения в занятии физической культурой и спортом;
- проявление мировоззренческих установок на готовность обучающихся к защите Отечества,
- уровень реализации творческого потенциала обучающихся в области физической культуры и спорта.

Количественные параметры - это количество.

- проведенных исследовательских работ среди обучающихся по физической культуре и спорту,
- детей, занятых в мероприятиях по физической культуре и спорте;
- детей, участвующих в спортивных конкурсах и конференциях,
- проведенных выставок патриотической направленности,
- проведенных ф из культурно-спортивных соревнований,
- проведенных экскурсий и встреч.

Итоговая оценка складывается из внутренней и внешней оценок результатов освоения программы.

Внутренняя оценка определяется по результатам внутриучрежденческого мониторинга обучающихся, которые отражают динамику физического воспитания, отражают динамику формирования их способности к решению практических и познавательных задач. *Внешняя оценка* характеризует уровень достижения предметных и метапредметных результатов освоения программы обучающимися (участие в олимпиадах, конкурсах, мероприятиях различного уровня и т.п.) и осуществляется внешними органами. Система оценки достижения планируемых результатов предполагает **комплексный подход** к оценке всех трех групп результатов обучения: личностных, метапредметных и предметных.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов - грамота, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, протокол соревнований, фото, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: диагностическая карта, контрольная работа, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю, слет, соревнование

Перечень (пакет) диагностических методик,

позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов

1. Маршрутная карта по отслеживанию результатов обучения, личностного развития и метапредметов (Приложение № 1),
2. Программа наблюдения на занятии в детском коллективе «Уровень овладения общими учебными умениями» (Приложение №3)
3. Карта самооценки учащимся и экспертной оценки педагогом компетентности учащегося (Приложение № 4);
4. Методика «Ценностные ориентации», разработанная на основе методик изучения ценностных ориентаций М. Рокича и Л А Ясюковой,
5. Анкета «Позиция родителей в образовательном процессе» (Приложение № 5),
6. Диагностика личностных особенностей детей (Методика Рене Жилия).
7. Методика «Интеллектуальная лабильность» (модификация С Н Костроминой) - для подростков в возрасте 12-15 лет (используется как фронтально, так и индивидуально).

8. Диагностика по формированию познавательных УУД.

Личностные и метапредметные результаты предлагается определять с помощью 4-х тестов:

- Тест 1. Познавательные УУД,
- Тест 2. Коммуникативные УУД,
- Тест 3. Регулятивные УУД;

- Тест 4. Личностные результаты.

9. Диагностические задачи для оценивания коммуникативных универсальных учебных действий.

Задание «Левая и правая стороны» (методика Ж. Пиаже); Задание «Рукавички» (методика Г.А. Цукерман;) Методика «Кто прав?» (методика Г.А. Цукерман и др.)

Для определения планируемых результатов при реализации воспитательных задач программы используется система оценки личностных качеств воспитанников: дисциплинированность, ответственность за общее дело, морально-волевые качества (сила воли, настойчивость, терпеливость, выдержка, смелость), взаимовыручка, взаимоуважение.

Их оценка осуществляется по балльной системе:

2 балла - низкий уровень - качество не сформировано,

4 балла - средний уровень - качество находится на стадии формирования,

6 баллов - высокий уровень - качество проявляется постоянно.

Для определения уровня воспитанности используется метод мониторинга. Формирование у обучающихся в процессе обучения чувства патриотизма проверяется с помощью методов ранжирования, незаконченного тезиса, тестирования.

Для определения планируемых результатов при реализации развивающих задач используется система оценки уровня физической подготовленности воспитанников, базирующаяся на стандартных ф из культурно-спортивных тестах по следующим показателям:

-бег 1000 м. - для определения выносливости; -челночный

бег 10*5 м. - для оценки быстроты и ловкости;

-наклон вперед из положения сидя - для измерения гибкости позвоночника и тазобедренных суставов,

-подтягивание (мальчики) и вис лежа (девочки) - определяется силовая выносливость рук и мышц плечевого пояса;

- бег 30 м. - для определения скоростных качеств;

- подъем туловища за 30 сек. - для оценки силы мышц-сгибателей туловища.

Краткое описание методики работы по программе

Особенности организации образовательного процесса - очная организация обучения. Организация учебно-воспитательного процесса осуществляется с учетом возрастных психолого-педагогических особенностей воспитанников. Знание этих особенностей увеличивает эффективность учебно-тренировочного процесса, способствует более близкому и доверительному отношению педагога и воспитанников, помогает педагогу в создании сплоченного, дружного коллектива.

Допускается увеличение объемов учебно-тренировочных нагрузок и продолжительности занятий в каникулярное время. Как правило, в это время организуются учебно-тренировочные походы, сборы.

На практических занятиях (тренировках) используются различные **формы организации работы:**

- индивидуальная (самостоятельная) работа,
- групповая (командная),
- парная.

Воспитательные задачи решаются не только на учебных занятиях, но и во время проведения соревнований, конкурсов, лагерей, сборов.

Качество учебно-воспитательного процесса в объединении отслеживается по следующим показателям:

С посещение занятий воспитанниками (% соотношение);

Л диагностика уровня обученности, развития и воспитанности, учебной мотивации в

конце текущего года и конце курса, S участие воспитанников в мероприятиях, S участие воспитанников в соревнованиях. **Для достижения этих целей эффективно используются следующие методы:**

1. словесные,
2. наглядные;
3. метод наблюдения;
4. метод игры,
5. метод практической работы. **Принципы работы:**

1. принцип сотрудничества;
2. принцип доступности,
3. принцип научности,
4. принцип системности,
5. принцип формирования умений «от простого к сложному»,
6. принцип добровольности.

Система отслеживания результатов состоит, прежде всего, из диагностических исследований:

- уровень сформированное™ специальных знаний, умений и навыков,
- уровень физической подготовленности учащихся;
- уровень воспитанности учащихся,
- направленность личности учащихся,
- сплоченность коллектива,
- отношение учащихся к выполнению воинского долга.

Формы организации учебного занятия Основными видами деятельности, способствующими успешной реализации программы и формированию ключевых компетенций у обучающихся являются:

1. Участие в мероприятиях, конференциях, конкурсах, соревнованиях разного уровня.
2. Работа над проектом и защита его.
3. Работа над рефератом. 1. Участие в экскурсии.
4. Поиск информации в библиотеках.
5. Поиск информации в электронных энциклопедиях.
6. Использование информации из Интернета.
7. Выступление с сообщением.
8. Участие в дискуссии, диспуте.
9. Брейн - ринг.
10. Мозговой штурм.
11. Моделирование обучающих ситуаций.
12. Участие в анкетировании.
13. Проведение спортивных игр;

Педагогические технологии

Технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия

В проведении и построении занятий по военной истории используется методика историко-краеведческой работы Н С. Борисова и методические рекомендации по изучению истории России А.А. Данилова.

Исходя из идеи данных авторов - изучение родного края начинается с изучения истории города, округа, области, переходя к изучению истории всей страны - мои занятия по краеведению и истории ВС РФ имеют ступенчатый порядок изучения.

Для повышения мотивированности учащихся при изучении данного вопроса на занятиях осуществляется деятельностный подход. Занятия имеют следующую структуру:

1. Ориентационный этап. В него входит процесс договоренности с ребятами, каким образом будет изучаться вопрос. Имеет смысл предоставление ребятам самостоятельного выбора вопроса для подготовки доклада.
2. Подготовительный этап. Учащимся даются опорные знания по теме и перечень рекомендуемой литературы.
3. Основной этап. Ученики докладывают, о своем вопросе по возможности наглядно используя либо музейные залы, либо реальные места событий.
4. Итоговый этап. Оценка лучших работ, при необходимости уточнение либо коррекция. Подготовка и проведение на основе полученных знаний викторин для учащихся младших классов.

При проведении занятий по туристической подготовке используются методические рекомендации мастера спорта по туризму Л.М. Ротштейна, основой которых является приобретение практических навыков через игровые технологии. Метод игры помогает учащимся быстрее и не принуждённо освоить туристические технические приёмы. В процессе игры приобретаются и закрепляются знания и навыки, развивается находчивость, целеустремленность. Кроме того, в коллективных играх вырабатывается «чувство локтя», умения сообща добиваться поставленной цели. В туристической подготовке используются тренировочные игры и упражнения, спортивно - туристские игры, настольные, ролевые.

Ориентируясь на эту идею, выстраиваются занятия по туристической подготовке следующим образом:

1. Ориентационный этап. До учащихся доводятся условия смоделированной ситуации. Совместно с учащимися определяются алгоритм действий для решения проблемы.
2. Подготовительный этап. Учениками осваиваются специальные умения необходимые для решения поставленных задач. Демонстрируются наиболее часто встречающиеся ошибки при выполнении технических приёмов, применяемых в предложенной ситуации. Обращается особое внимание на правила техники безопасности при выполнении того или иного приема. До учащихся доводятся правила игры.
3. Основной этап. Команда учеников приступает к действиям по решению поставленной задачи с использованием полученных технических навыков в рамках ограничений, установленных правилами игры, но без ограничений в тактике действий.
4. Итоговый этап. Совместный анализ ошибок, разработка коллективного, а при необходимости и индивидуальных планов работы по совершенствованию технических умений.

При проведении занятий по первой медицинской помощи и здоровому образу жизни используются методические рекомендации И.И.Соковня-Семенов и А.В.Виноградова.

Для освоения навыков по данному разделу применяются специальные игры, задания.

Закрепление и отработка умений и навыков происходит в процессе практических занятий по первой медицинской помощи. Отработка приёма происходит через многократное повторение до устранения ошибок.

1. Ориентационный этап. Разбирается с учениками степень угрозы для жизни и здоровья от конкретного повреждения.
2. Подготовительный этап. Учениками осваиваются приемы оказания первой помощи при той или иной травме.
3. Основной этап. Дается вводная на комбинированное повреждение организма человека. Ученики должны определиться с характером первой помощи и с применяемыми приемами, выработать алгоритм действий в зависимости от особенностей предложенной ситуации.

4. Итоговый этап. Совместный анализ ошибок, разработка коллективного, а при необходимости и индивидуальных планов работы по совершенствованию технических умений.

Список литературы

4. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-4 классов /А.П. Матвеева - М.; Просвещение, 2011.
5. Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов /А.П. Матвеева - М.; Просвещение, 2012.
6. Твой олимпийский учебник (Текст): учеб. пособие для олимпийского образования/ В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. - 24-е изд., перераб. И доп.- М.: Советский спорт, 2012.-152с.:ил.
7. Тестовые вопросы и задания по физической культуре/ авт.-сост. Г1.А. Киселёв и др. - М.: Планета, 2016. Серия «Качество обучения»
8. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам/П.А. Киселёв и др. - М.: Планета, 2013
9. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы - М. ВАКО, 2013.- 400 с.-(В помощь школьному учителю).
10. Н. Зимин Методическое пособие по курсу « Легкая атлетика». Кострома 1991 год.
11. Стонкус С. Мы играем в баскетбол: Кн. Для учащихся,- М.: Просвещение, 1984. -64с., ил.
12. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников М.: Просвещение, 1991-64 с.

Использование Интернета

Сайты с нормативными документами по образованию и методическими материалами:

1. <http://www.school.edu.ru> - Российский общеобразовательный портал;
2. <http://www.ed.gov.ru> - Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ;
3. <http://www.edu.ru> - Федеральный сайт Российского образования;
4. <http://www.edu.km.ru> - Образовательные проекты;
5. <http://www.ict.edu.ru> - Информационно-коммуникационные технологии в образовании;
6. <http://www.festival.1september.ru> - Сайт педагогических идей «Открытый урок»;
7. <http://www.vestniknews.ru> - Журнал «Вестник образования России»;
8. <http://www.fio.ru> - Сайт Федерации Интернет-образования России;
9. <http://www.sputnik.mto.ru> - Спутниковый канал единой образовательной информационной среды;
10. <http://www.eurekanet.ru> - Инновационная образовательная сеть;
11. <http://www.mediaeducation.ru> - Лаборатория ТСО и медиаобразования института содержания и методов образования РАО;
12. <http://www.pedlib.ru> - Сайт педагогической библиотеки;
13. <http://www.int-edu.ru> - Каталог образовательных ресурсов, методические материалы. Ссылки на образовательные ресурсы Интернета по основам

безопасности

жизнедеятельности:

<http://www.coldwar.ru/conflicts/afgan/afghan7.php>

<http://sl.ovi.ru/dict/ov/article/19000/10592.htm>

<http://ru.wikipedia.org/wiki/>

<http://ru.wikipedia.org/wiki/>

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ

Приложение №1

Маршрутная карта по отслеживанию результатов обучения, личностного развития и метапредметов

Показатель	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<i>Мониторинг результатов обученности</i>				
1. Теоретическая подготовка				
Теоретические знания по разделам программы	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Низкий уровень: Овладение менее чем Vi объема знаний, предусмотренных программой;	1-4	
		Средний уровень: Объем усвоенных знаний оставляет более 1/2	5-8	
		Высокий уровень: Освоение практически всего объема знаний, предусмотренных программой за конкретный период;	9-10	
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Низкий уровень: ребенок избегает употреблять специальные термины	1-4	
		Средний уровень: Сочетание специальной терминологии с бытовой;	5-8	
		Высокий уровень: Специальные термины употребляются осознанно и в полном соответствии с их содержанием;	9-10	
2. Практическая подготовка				
Практические умения и навыки, предусмотренные программой по основным разделам	Соответствие практически умениям и навыков программным требованиям	Низкий уровень: Овладение менее чем предусмотренных программой умений и навыков;	1-4	
		Средний уровень: Объем усвоенных умений и навыков составляет более предусмотренных программой;	5-8	
		Высокий уровень: Владение практически всеми умениями и навыками, предусмотренных программой;	9-10	
Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального	Низкий уровень: Испытывается серьезные затруднения при работе с оборудованием,	1-4	
		Средний уровень: Работает с оборудованием с помощью педагога,	5-8	
		Высокий уровень:	9-10	

	оборудования и оснащения	Работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей		
Творческие навыки	Креативность в выполнении практически всех заданий	Низкий уровень: Элементарный уровень развития креативности, ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога,	1-4	
		Средний уровень: Репродуктивный уровень, выполнение задания по образцу;	5-8	
		Высокий уровень: Творческий уровень, выполняет практические задания с элементами творчества;	9-10	
3. Обще учебные умения и навыки				
Учебно-интеллектуальные умения				
Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	Низкий уровень: Испытываются серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога,	1-4	
		Средний уровень: Работает с литературой с помощью педагога или родителей,	5-8	
		Высокий уровень: Работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей,	9-10	
Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерными источниками	Низкий уровень: Испытываются серьезные затруднения при работе с компьютерными источниками, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1-4	
		Средний уровень: Работает с компьютерными источниками с помощью педагога или родителей,	5-8	
		Высокий уровень: Работает с компьютерными источниками самостоятельно, не испытывает особых трудностей;	9-10	
Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты,	Самостоятельность в учебно-исследовательской работе	Низкий уровень: Испытываются серьезные затруднения в учебно-исследовательской работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1-4	
		Средний уровень: Учебно-исследовательская работа выполняется с помощью педагога или родителей,	5-8	
		Высокий уровень:	9-10	

самостоятельные учебные исследования)		испытывает особых трудностей,		
<i>Учебно-коммуникативные умения</i>				
Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Низкий уровень: Испытываются серьезные затруднения в восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1-4	
		Средний уровень: Восприятию информации выполняется с помощью педагога или родителей;	5-8	
		Высокий уровень: Восприятие информации выполняется самостоятельно, не испытываются особые трудности;	9-10	
Умение вступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи подготовленной информации	Низкий уровень: Испытываются серьезные затруднения в подаче информации, нуждается в постоянной ПОМОЩИ И контроле педагога	1-4	
		Средний уровень: Информация готовится с помощью педагога или родителей, владение и подача информации затрудняется и выполняется с подсказки педагога,	5-8	
		Высокий уровень: Свободное владение и подача подготовленной информации, работа выполняется самостоятельно, не испытываются особые затруднения,	9-10	
Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоятельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств.	Низкий уровень: Испытываются серьезные затруднения в умении вести дискуссионные выступления, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1-4	
		Средний уровень: Дискуссионное выступление готовится с помощью педагога или родителей, подготовка и подача информации затрудняется и выполняется с подсказки педагога,	5-8	
		Высокий уровень: Дискуссионное выступление выполняется самостоятельно, не испытываются особые затруднения,	9-10	

организовать своё рабочее место	самостоятельно готовить своё рабочее место	затруднения в подготовке рабочего места, нуждается В ПОСТОЯННОЙ ПОМОЩИ И контроле педагога		
		Средний уровень: Подготовка рабочего места выполняется с помощью педагога или родителей, деятельность затрудняется и выполняется с подсказки педагога,	5-8	
		Высокий уровень: Подготовка рабочего места выполняется самостоятельно, не испытываются особые затруднения;	9-10	
Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности и программным требованиям	Низкий: Владение менее 2/2 объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой;	1-4	
		Средний: Объем усвоенных навыков составляет более 1/2	5-8	
		Высокий: Освоение практически всего объема навыков, предусмотренных программой за конкретный период;	9-10	
Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность Б И ответственность в работе	Низкий: Выполнение работ не аккуратное и безответственное,	1-4	
		Средний: Выполнение работ производится недостаточно качественно,	5-8	
<i>Мониторинг личностного развития</i>				
1. Организационно-волевые качества				
Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки, а течение определенного времени, преодолевать трудности	Низкий уровень: Терпения хватает менее чем на 1/3 занятия;	1-4	
		Средний уровень: Терпения хватает более чем на 1/2 занятия;	5-8	
		Высокий уровень: Терпения хватает на всё занятие;	9-10	
Воля	Способность активно побуждать себя к практически м действиям	Низкий уровень: Волевые усилия побуждаются извне	1-4	
		Средний уровень: Волевые усилия побуждаются иногда самим ребенком,	5-8	
		Высокий уровень: Волевые усилия побуждаются всегда самим ребенком,	9-10	
Самоконт	Умение	Низкий уровень:	1-4	

роль	контролировать свои поступки (приводить к должному СВОИ действия)	Ребенок постоянно действует под контролем извне		
		Средний уровень: Периодически контролирует себя сам	5-8	
		Высокий уровень: Постоянно контролирует себя сам	9-10	
2, Ориентационные качества				
Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Низкий уровень: завышенная	1-4	
		Средний уровень: заниженная	5-8	
		Высокий уровень нормальная	9-10	
Интерес к занятиям	Осознанное участие в освоении программы	Низкий уровень: Интерес к занятиям продиктован извне;	1-4	
		Средний уровень: Интерес периодически поддерживается самим ребенком;	5-8	
		Высокий уровень: Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно;	9-10	
3. Поведенческие качества				
Конфликтность в процессе взаимодействия	Способность ввязаться в определенную позицию в конфликтной ситуации	Низкий уровень: Периодически провоцирует конфликты	1-4	
		Средний уровень: Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать;	5-8	
		Высокий уровень: Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты;	9-10	
Тип сотрудничества (отношение к общим делам)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Низкий уровень: Избегает участи в общих делах,	1-4	
		Средний уровень: Участвует при побуждении извне;	5-8	
		Высокий уровень: Инициативен в общих делах;	9-10	