

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СИМФЕРОПОЛЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 30
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А. АМАТУНИ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО
Педагогическим советом
(МБОУ «СОШ № 30
им. А.А. Аматауни» г. Симферополя)
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 15



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Акробатика для начинающих»

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации: 1 год
Вид программы: модифицированный
Уровень: базовый
Возраст детей: 7-9 лет
Составитель: **Скомаровская Александра Дмитриевна**, педагог
дополнительного образования

г. Симферополь
2024г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

В данную дополнительную общеразвивающую программу корректировки не вносились

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая рабочая программа «Занимательная акробатика» составлена с учетом рабочей программы воспитания. На основе «Региональной комплексной программы по физическому воспитанию 1-11кл». Согласно Федеральному перечню учебников к использованию в образовательной деятельности (Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014 г. №253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых, к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию общеобразовательных программ НОО. Изучение физической культуры в Республике Крым осуществляется по учебникам, внесённым в федеральный перечень: В.И. Ляха 1-4 классов (авторы В.И. Лях, М.: Просвещение, 2014)

Актуальность. Акробатика привлекает детей своей доступностью. Прежде всего, акробатикой можно заниматься с 4 лет и до пожилого возраста. Это объясняется большим диапазоном сложности упражнений – от простейших до чрезвычайно трудных. Для занятий не требуются сложные снаряды, заниматься можно и в зале, и на стадионе, и на лужайке. Выполнение акробатических упражнений благотворно влияет на рост и физическое развитие детей.

Выполнение акробатических упражнений способствует развитию силы, ловкости, гибкости, быстроты реакций, ориентировки в пространстве, совершенствованию вестибулярного аппарата, укреплению мышц и связок суставов, особенно голеностопного, плечевого, тазобедренного и лучезапястного. Акробатические занятия разносторонне воздействуют на организм детей. При выполнении упражнений вниз головой осуществляется массаж внутренних органов.

Разработка данной программы вызвана необходимостью коррекции и укрепления здоровья воспитанников, их разностороннего физического развития и совершенствования физической подготовки.

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное расширение области теоретических знаний и практических умений и навыков.

Программа носит системный характер, включает в себя диагностику и анализ состояния здоровья и способностей ребёнка, т.е. является гибкой, отвечает возрастным особенностям и индивидуальным потребностям воспитанников.

Нормативные документы, на основе которых проектирована программа:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 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»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание

государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

– Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

– Устава «МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя;

– Локальные акты МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя:

- Основная образовательная программа МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя.
- Рабочая программа воспитания МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя.
- Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя
- Положение об осуществлении текущего контроля качества освоения обучающимися содержания дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя.

Адресат программы: обучающиеся 7 - 9 лет.

Срок реализации программы: 34 часа

Режим занятий: 1 раз в неделю.

Форма обучения: очная.

Принцип набора обучающихся в объединение: отбор по физиологическим показателям.

Форма организации деятельности: групповая.

Количество детей в группе: 16 учащихся.

Цель программы – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение акробатическим элементам.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных

задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- 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 физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям
- 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.

Формы занятий:

- Ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на добровольные разновозрастные группы детей.
- В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:
- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся

Результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей рабочей программы

- тестирование;
- умение выполнять организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд, перестроения.

знание основ техники выполнения поров; седов; упражнений в группировке; перекатов; стойки на лопатках; кувырков вперед и назад; гимнастического «моста».

- способность самостоятельно осуществлять и организовать занятие по акробатике и соблюдать правила техники безопасности во время занятий;
- способность доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений

Содержание курса дополнительной общеобразовательной общеразвивающей рабочей программы

Ученый план.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	Раздел 1 : Основные понятия и направления	3ч		
	Тема : вводное занятие. Инструктаж. Тестирование	1	1	
	Тема: Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ	1	1	
	Тема: Гигиена спортсмена и закаливание.	1	1	
2.	Раздел 2. Специальная физическая подготовка.	17ч		17
3.	Раздел 3. Общая физическая подготовка.	10ч		10
	Раздел 4. Итоговые занятия	4		4
	Итого	34	3	31

Содержание курса

Основные понятия и направления - здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений

для формирования правильной осанки. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Специальная физическая подготовка. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд, перестроения.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост. Комбинация из выученных элементов.

Общая физическая подготовка. Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке. . Все виды складок, упражнения на мышцы брюшного пресса. Подвижные игры, эстафеты.

Итоговые занятия. Организация соревнований.

Раздел 2.Комплекс организационно-педагогических условий, включая формы аттестации.

Календарный учебный график

Календарный учебный график

Каникулы	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность (в календарных днях)
Осенние	29.10.2022 г.	06.11.2022 г.	9
Зимние	31.12.2022 г.	09.01.2023 г.	10
Весенние	18.03.2023 г.	26.03.2023 г.	9

Форма аттестации планируемых результатов программы

(предметные, метапредметные, личностные) и их периодичность.

Формы и методы проведения занятий, использование эффективных и передовых технологий и дидактических средств.

Формы организации занятий: групповая, коллективная деятельность.

В процессе обучения используются следующие **методы организации деятельности:** -ознакомление, создание общего предварительного представления об элементе, который лежит в основе сознательного освоения любого двигательного действия.

-разучивание, закрепление навыка – непосредственное овладение основами техники выполнения элемента. На данном этапе в результате активной совместной работы педагога и обучающегося уточняются представления о динамике движения. Осуществляется закрепление двигательного навыка и связь с предыдущими изученными движениями.

-совершенствование техники на данном этапе. Осуществляется твёрдое усвоение двигательного навыка, умение выполнять движения ритмически верно, в том числе в паре.

Оценка достижения планируемых результатов

Данная программа ориентирована на работу с обучающимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса.

Способами определения результативности являются:

- 1) по этапам обучения (входящий, промежуточный, итоговый)
- 2) по организационным формам (индивидуальный, групповой)

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

В период обучения в объединении по программе обучающиеся получают определённый объем знаний и умений, проверкой качества которого является показ выступления на значимом для обучающихся мероприятии.

Оценочные материалы

Оценочные материалы, отражающие способы аттестации планируемых результатов

- **начальный** или входная диагностика (для определения первоначального уровня знаний) в виде собеседования;
- **итоговый** (в форме выступления).

Условия реализации программы:

Кадровое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы: педагог дополнительного образования, занятый в реализации программы, имеет специальное педагогическое образование.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:

- оборудование:

- маты гимнастические
- мячи набивные
- обручи, скакалки
- скамейки гимнастические
- лестница гимнастическая
- канаты для лазания
- перекладина,
- палки гимнастические
- мостик гимнастический, мячи теннисные, набивные, скакалки
- обручи, магнитофон для музыкального сопровождения
- снаряды для развития физических качеств)

- дидактические средства обучения:

- плакаты
- памятки по нормативам
- DVD Детская аэробика, 1 прыг-скок, здоровые спинки.
- CD

- список литературы для педагога:

1. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. Акробатика.- Москва, 2005
Издательство: Феникс, 2005г.

2. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. Москва 2001
3. Бутин И.П. Развитие физических способностей детей. 1-4 класс
4. Железняк Ю.Д. Педагогическое физкультурно - спортивное совершенствование. - М., 2002.
5. Под редакцией В.А.Маргазина, О.Н.Семеновой «Гигиена физической культуры и спорта» Санкт-Петербург СпецЛит 2010
6. Гавердовский Ю.К, Лисицкая Т.С, Розин Е.Ю, Смолевский В.М. «Спортивная гимнастика (мужчины и женщины)» «Издательство «Советский спорт», 2005

СПИСОК ИПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте.- М., 2001.
2. Методика преподавания физической культуры: 1-4 класс: Методическое пособие и программа. Издатель: Владос. 2002, 2003г.
3. Менхин Ю.В., Менхин А.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика. Ростов н/Д : Феникс, 2002. – 384с.
4. Столов И.И, Ивочкин В.В. «Спортивная школа: начальный этап» Издательство Москва 2007
5. Примерные требования к программам дополнительного образования детей.

3. Приложение

3.1. Календарно-тематическое планирование

№	Название темы занятий	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма контроля	Примечание (корректировки)
			план	факт		
1	Вводное занятие. Инструктаж ТБ № 56-фк. Тестирование	1				
2	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ	1				
3	Гигиена спортсмена и закаливание.	1				
4	Строевая подготовка. ОРУ. Обучение группировке сидя, группировка лежа на спине; перекаты в группировке. Подвижная игра.	1				
5	ТБ. Строевая подготовка. ОРУ. Перекаты в группировке из	1				

	упора присев. Подвижная игра.					
6	ТБ. Строевая подготовка. ОРУ. Перекаты в группировке из упора присев, стойка на лопатках. Подвижная игра.	1				
7	ТБ. ОРУ. Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги.	1				
8	ТБ. ОРУ. Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги. Подвижная игра.	1				
9	ТБ. Строевая подготовка. ОРУ, «мост» из положения лёжа. Подвижная игра.	2				
10	ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Все виды складок, полушпагат . Подвижная игра.	2				
11	ТБ. ОРУ . Обучение кувырку назад. Подвижная игра.	3				
12	ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Разучивание комбинации из выученных элементов. Подвижная игра.	2				
13	ТБ. Упражнения на мышцы брюшного пресса за 30 сек. Подвижная игра.	1				
14	ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Закрепление комбинации из выученных	2				

	элементов. Подвижная игра.					
15	ТБ. ОРУ. Обучение прыжкам со скакалкой. Строевая подготовка. Подвижная игра.	2				
16	ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Упражнения на мышцы брюшного пресса. Подвижная игра.	3				
17	ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Подвижная игра.	2				
18	ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Эстафеты. Подвижная игра.	2				
19	ТБ. ОРУ, Комбинация из выученных элементов. Подготовка к соревнованиям. Подвижная игра.	4				
20	Соревнования по акробатике	1				

3.2. Лист корректировки

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с заведующим подразделения (подпись)