**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**
**«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА»**
**г. Ефремова Тульской области**

**МЕТОДИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ**

**УТВЕРЖДЕНА**
**С ИЗМЕНЕНИЯМИ И ДОПОЛНЕНИЯМИ**
**РЕШЕНИЕМ ПЕДСОВЕТА**
**ДИРЕКТОР МКУДО « ДДЮТ»: В. В. Гладких**
**ПРИКАЗ №114-осн. от 06.10.2021г.**
**ПРОТОКОЛ №1 от 06.10.2021г.**

МКУДО "
ДДЮТ"

Полное имя: МКУДО "ДДЮТ"
DN: OID.1.2.840.113549.1.9.2=7113006278-711301001-7113025478 94, E=info@ddyt.tula.ru, IP99=2071130062 78, CN=ИС=0328523158, OGRN=1027108872092, T=Директор, O="МКУДО "ДДЮТ"", STREET="УЛ СВЕРДЛОВА, ДОМ 40", L=Ефремов, S=71, Тульская область, C=RU, G=Валентина Васильевна, SN=Гладких, CN="МКУДО "" ДДЮТ""
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение:
Дата: 2022-03-14 09:11:52
Причина:

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

# *«СО-ФИ-ДАНС»*

***НАПРАВЛЕННОСТЬ: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ***
***СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: 2 ГОДА***
***ВОЗРАСТ: 7-8 ЛЕТ***

**СОСТАВИТЕЛЬ:**
**БОГОМАЗОВА ЕКАТЕРИНА ВАСИЛЬЕВНА,**
***педагог дополнительного образования***

**г. Ефремов**
**2017г.**

## РАЗДЕЛ №1 «ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразвивающая программа *(далее - Программа)* «СО-ФИ-ДАНС» реализуется в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью.

**УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ:** *базовый*

**АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, способствующих разностороннему физическому развитию учащихся младшего школьного возраста, которые наиболее доступны по технике исполнения, благодаря слиянию несложных элементов гимнастики, простых общеразвивающих упражнений, элементов танца, ритма. Игроритмика и креативная гимнастика так же влияют на улучшение владения двигательными навыками.

Программа учитывает нормативно-правовые документы и методические рекомендации:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 № 273 – ФЗ;
- Концепцию развития дополнительного образования от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Стратегию развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 25 мая 2015г. №996-р;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Постановление Главного Государственного санитарного врача РФ 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»;
- Постановление Главного Государственного санитарного врача РФ 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении эпидемилогических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию, режиму работы образовательных организаций и других объектов

социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения короновирусной инфекции (COVID-19)»;

- Положение о дистанционной форме обучения в МКУДО «ДДЮТ» от 27.03.2020г.
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ №533 от 30.09.2020 г. «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения РФ №196 от 09.11.2018 г.;
- Устав МКУДО «ДДЮТ» (постановление администрации МО город Ефремов №183 от 30.01.2015 г.).

**ВОЗРАСТ УЧАЩИХСЯ (адреса программы): 7-**8 лет

Учебные группы (разнополые) комплектуются в количестве 12-15 человек на основании заявления родителя (законного представителя) и медицинской справки о допуске к занятиям.

**СРОК ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:** 2 года

**ОБЪЕМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:** 1 год обучения 124 часа, 2 года обучения 144 часа.

**ФОРМА ОБУЧЕНИЯ:** очная

**МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ:** словесный, наглядный, практический, игровой

**ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА, ТИП ЗАНЯТИЙ:** комбинированные, тренировочные обучающие занятия

**ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ**: групповая

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ**: занятия проходят 2 раза в неделю¸ 2 занятия по 30 минут

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** - укрепление здоровья учащихся средствами танцевально-игровой гимнастики.

**ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Обучающая:**

-приобрести необходимые знания в области физической культуры и спорта.

**Развивающие:**

-способствовать развитию ритмических способностей, танцевально-двигательной активности учащихся;

-содействовать профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма**;**

-совершенствовать психомоторные способности учащихся: формировать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.

**Воспитательные:**

-формировать потребность и умения самостоятельно заниматься гимнастическими упражнениями, сознательно применять их в целях повышения работоспособности и укрепления здоровья;

-содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности учащихся.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

| № п\п | Название разделов и тем | Количество часов | | | Формы аттестации /контроля/ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| **1.** | Введение в программу | **2** | 2 | - | входная диагностика физического развития |
| **2.** | История физической культуры и спорта | **2** | 2 | - | вопросник |
| **3.** | Образовательные беседы | **8** | 8 | | опрос |
| **4.** | Гигиена, техника безопасности, врачебный контроль и самоконтроль - | **2** | 2 | - | опрос |
| **5.** | Правила соревнований, инвентарь | **2** | 2 | - | опрос |
| **6.** | Танцевально-ритмическая гимнастика | **18** | 2 | 16 | педагогическое наблюдение |
| **7.** | Коррегирующая гимнастика | **28** | 2 | 26 | |
| **8.** | Игроритмика | **18** | - | 18 | |
| **9.** | Подвижные игры | **34** | 2 | 32 | |
| **10.** | Легкая атлетика | **8** | - | 8 | сдача нормативов |
| **11.** | Итоговое занятие | **2** | - | 2 | педагогическое наблюдение, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | диагностика физического развития |
| | **Всего часов:** | **124** | **22** | **102** | |

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. **Введение в программу (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Цель и задачи объединения. Инструктажи. Содержание разделов программы.

**Форма контроля:** входная диагностика физического развития

2. **История физической культуры и спорта (2ч.)**

**Теория (2ч.)** История спорта и историческое наследие. Выдающие спортсмены современного спорта.

**Форма контроля:** вопросник

3. **Образовательные беседы (8ч.)**

**Теория (8ч.)** Темы бесед: История развития спорта. Российские спортсмены - чемпионы Олимпийских игр, мира, Европы». Профилактика вирусных и простудных заболеваний. Первая помощь при травмах.

4. **Гигиена, техника безопасности, врачебный контроль, самоконтроль (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Правила личной гигиены. Основные методы и приемы самоконтроля за состоянием организма во время занятий.

**Форма контроля:** опрос

**Форма контроля:** опрос

5. **Правила соревнований, инвентарь (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Правила соревнований, инвентарь.

**Форма контроля:** опрос

6. **Танцевально-ритмическая гимнастика (18ч.)**
7. **Теория(2 часа)** Традиционные танцы. Современные танцы.

**Практика (16ч.)** Нетрадиционные виды упражнений: специальные композиции и комплексы упражнений, нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры. Упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Упражнения на расслабление мышц. Элементы хореографических упражнений, танцевальные шаги и танцевальные формы.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

8. **Коррегирующая гимнастика (28ч.)**

**Теория (2ч.)** Виды гимнастики.

**Практика (26ч.)** Нестандартные упражнения, специальные задания. Упражнения с предметами. Упражнения укрепление, растяжение и расслабление мышц. Упражнения на осанку в стойке. Упражнение лежа на спине при напряжении мышц- выдох, при расслаблении мышц- вдох. Упражнения в парах. Упражнения на укрепление мышц. Дыхательные упражнения. Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки. Профилактика плоскостопия. Упражнения на осанку в стойке. Упражнения на укрепление осанки. Профилактика скалиоза.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

9. **Игроритмика (18ч.)**

**Практика (18ч.)** Музыкально-творческие игры. Сочетание упоров с движениями ногами. Упражнения на координацию. Игровые задания на развитие творческих способностей. Формирование навыков самостоятельных движений под музыку.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

10. **Подвижные игры (34ч.)**

**Теория (2ч.)** Правила игр.

**Практика (32ч.)** На материалах легкой атлетики: прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость, быстроту. Игры с бегом, прыжками, предметами, с мячами. Игры на внимание, координацию, по заданию: «Пустое место», «Мы веселые ребята», «Удочка», «Невод», «Два мороза», «Мотылек», «Тише едешь - дальше будешь», «Земля, вода, небо», «Карлики и великаны», «Класс. Смирно». Эстафеты. Игры на материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. Игры на материале легкой атлетики*:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту».

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

11. **Легкая атлетика (8ч.)**

**Практика (8ч.**) Разновидности ходьбы и бега. Высокий и низкий старт. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3 по 10 метров. Прыжки через скакалку за 30 секунд. Сгибание туловища из положения лежа, согнув ноги в коленях за 30 секунд. Метание мяча в цель с 5-6 метров. Силовые упражнения без предметов, с предметами. Силовые упражнения без предметов.

На материалах легкой атлетики: прыжки, бег, метание броски. Упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

**Форма контроля:** сдача нормативов

**12. Итоговое занятие (2ч.)**

**Практика(2ч.)** Подведение итогов за год.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, диагностика физического развития

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

*Учащиеся могут знать:*

- из истории физической культуры и спорта;
- технику безопасности при выполнении упражнений;
- правила пользования оборудованием и спортивным инвентарем;
- гигиенические требования к одежде и обуви;
- правила подвижных игр;
- виды гимнастики.

*Учащиеся могут уметь:*

- владеть навыками построения и перестроения;
- владеть техникой выполнения легкоатлетических упражнений;
- выполнять упражнения коррегирующей гимнастики;
- выполнять комплексы танцевально-ритмических упражнений под музыку.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

| № п\п | Название разделов и тем | Количество часов | | | Формы аттестации /контроля/ |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| **1.** | Вводное занятие | **2** | 2 | - | |
| **2.** | История физической культуры и спорта | **2** | 2 | - | вопросник |
| **3.** | Образовательные беседы | **8** | 8 | - | опрос |
| **4.** | Гигиена, техника безопасности, врачебный контроль и самоконтроль | **2** | 2 | - | опрос |
| **5.** | Правила соревнований, инвентарь | **2** | 2 | - | опрос |
| **6.** | Танцевально-ритмическая гимнастика | **36** | 2 | 34 | педагогическое наблюдение |
| **7.** | Креативная гимнастика | **18** | 2 | 16 | |
| **8.** | Игрогимнастика | **18** | - | 18 | |
| **9.** | Подвижные игры | **34** | 2 | 32 | |
| **10.** | Легкая атлетика | **20** | - | 20 | сдача нормативов |
| **11.** | Итоговое занятие | **2** | - | 2 | педагогическое наблюдение, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | диагностика физического развития |
| | **Всего часов:** | **144** | **22** | **122** | |

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. **Вводное занятие (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Инструктажи. Правила закаливания. Основы физиологии человека.

2. **История физической культуры и спорта (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Атрибутика олимпийских игр. Зимние и летние виды спорта. Пьер Де Кубертен – его личность в истории спорта.

**Форма контроля:** вопросник

3. **Образовательные беседы (8ч.)**

**Теория (8ч.)** Темы бесед: «Здоровый образ жизни», «Режим дня», «История возрождения Олимпийских игр», «Здоровый образ жизни — одна из основных ценностных ориентации», «Развитие спорта в Ефремове».

**Форма контроля:** опрос

4. **Гигиена, техника безопасности, врачебный контроль, самоконтроль (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Режим дня. Соблюдение гигиенических требований на занятиях. Приборы для измерения пульса, чистоты сердечных сокращений.

**Форма контроля:** опрос

5. **Правила соревнований, инвентарь (2ч.)**

**Теория (2ч.)** Основные правила игровых видов спорта. Инвентарь, применяемый на занятиях, правила хранения инвентаря.

**Форма контроля:** опрос

6. **Танцевально-ритмическая гимнастика (36ч.)**

**Теория (2ч.)** Традиционные танцы. Современные танцы.

**Практика (34ч.)** Элементы хореографических упражнений. Современный танец. Специальные танцевально-ритмические композиции и комплексы упражнений, нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

7. **Креативная гимнастика (18ч.)**

**Теория (2ч.)** Креативная гимнастика - как навык самостоятельного выражения движений под музыку, развития умения эмоционального выражения, раскрепощенности в движениях.

**Практика (16ч.)** Упражнения с предметами, в парах, группах. Музыкально-творческие игры. Игровые задания на развитие творческих способностей.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

8. **Игрогимнастика (18ч.)**

**Практика (18ч.)** Игры на материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию. Игры на материале легкой атлетики*:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

9. **Подвижные игры (34ч.)**

**Теория (2ч.)** Правила подвижных игр.

**Практика (32ч.)** Игры с бегом, прыжками, предметами, с мячами. Игры на внимание, координацию, по заданию: «Стрельба», «Выбей мячом», «Десять передач», «Стрельбол», «Перестрелка». Эстафеты с мячами, скакалками, обручами.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение

10. **Легкая атлетика (20ч.)**

**Практика (20ч.**) Ходьба обычная. Ходьба с сохранением заданного темпа. Бег по прямой с различной скоростью. Высокий и низкий старт. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 5 по 10 м. Бег на 60 метров. Прыжки через скакалку за 1 минуту. Сгибание туловища из положения лежа, согнув ноги в коленях за 30 секунд. Наклон вперед из положения сед ноги на уровне плеч. Метание мяча в цель, на дальность. Прыжки через скакалку за 1 минуту. Сгибание туловища из положения лежа. Подтягивание, отжимание.

Равномерный бег до 10 минут, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 60 метров с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха. Бег на дистанцию до 400 метров. Равномерный 6 минутный бег. Эстафетный бег.

**Форма контроля:** сдача нормативов

11. **Итоговое занятие (2ч.)**

**Практика (2ч.)** Подведение итогов обучения.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение, диагностика физического развития

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

*Учащиеся могут знать:*

- правила закаливания основы физиологии человека;
- из истории физической культуры и спорта;

- основные правила игровых видов спорта.

*Учащиеся могут уметь:*

- владеть техникой выполнения легкоатлетических упражнений;
- выполнять комплексы танцевально-ритмических упражнений под музыку;
- выполнять элементы креативной гимнастики;
- выполнять элементы современных танцевальных движений.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные:

- культура поведения, адекватные моральные и волевые качества, эффективное развитие специальных физических качеств личности, развитие самоконтроля, адаптация к жизни в обществе.

Метапредметные:

-потребность ведения здорового образа жизни и укрепления здоровья, чувство ответственности, мотивация к занятиям данным видом физкультурно-спортивной деятельности.

Предметные:

-навыки общей и частной гигиены, теоретические знания и практические умения в данном виде физкультурно-спортивной деятельности.

**РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

В соответствии с уставом МКУДО «ДДЮТ» начало учебного года 01.09.2021 г., окончание учебного года: 31.05.2022г. (9 месяцев, 36 учебных недель).

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Материально-техническое обеспечение**

Спортивный зал, музыкальный центр, спортивная форма одежды, спортивный инвентарь и оборудование.

**ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ (КОНТРОЛЯ)**

*Программа* предполагает следующие формы аттестации: входной контроль, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговая оценка качества освоения программы.

Входной контроль - сентябрь 1 года обучения.

Форма – входная диагностика физического развития учащихся.

Текущий контроль – в течение учебного года.

Форма – педагогическое наблюдение.

Промежуточная аттестация - апрель 1 года обучения.

Форма - педагогическое наблюдение, диагностика физического развития.

Итоговая оценка качества освоения программы – май 2 года обучения.

Форма - педагогическое наблюдение, диагностика физического развития

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ К ПРОГРАММЕ**

**Показатели физического развития учащихся 1 года обучения**

| **№ п\п** | **Контрольные упражнения** | **Мальчики** | | | **Девочки** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень | Низкий | Средний | Высокий |
| **1.** | Прыжки через скакалку за 30 секунд | 20 | 25 | 30 | 20 | 30 | 35 |
| **2.** | Комплекс упражнений | 8 | 10 | 15 | 10 | 12 | 17 |
| **3.** | Метание мяча в цель | 3 из 10 | 4 из 10 | 5 из 10 | 3 из 10 | 4 из10 | 5 из 10 |

**Показатели физического развития учащихся 2 года обучения**

| **№ п\п** | **Контрольные упражнения** | **Мальчики** | | | **Девочки** | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень | Низкий | Средний | Высокий |
| **1.** | Прыжки через скакалку за30 секунд | 20 | 25 | 30 | 20 | 30 | 35 |
| **2.** | Комплекс упражнений | 10 | 15 | 20 | 12 | 17 | 22 |
| **3.** | Метание мяча в цель | 4 из 10 | 5 из 10 | 6 из 10 | 4 из 10 | 5из 10 | 6 из 10 |

**Вопросник «История физической культуры и спорта» (1 год обучения)**

1. Что является метанием снаряда весом меньше килограмма и длиной свыше двух метров (Метание копья).
2. Как называется зимнее двоеборье: лыжные гонки со стрельбой на огневых рубежах из малокалиберной винтовки (Биатлон).
3. Спуск на спортивных санях по желобу (Бобслей).
4. Какому животному подражал бегун Чарльз Шерилл, когда придумал низкий старт? (Кенгуру).

5. Какой вид спорта для одних может быть легким, а для других тяжелым? (Атлетика).
6. Каким воинственным словом можно назвать шест, кольца и брусья? (Снаряд).
7. Какой спортивный термин переводится с норвежского как «след на горе»? (Слалом).
8. Назовите страну — родину Олимпийских игр? (Греция).
9. Вспомните девиз Олимпийских игр («Быстрее, выше, сильнее, вместе»).
10. Что является символом Олимпийских игр? (Факел).

**Вопросник «История физической культуры и спорта» (2 год обучения)**

1. Чем награждали победителя в Древней Греции? (Лавровым венком).
2. Какая медаль вручается за высшее спортивное достижение? (Золотая).
3. Какое наказание установлено за нарушение правил игры? (Удаление с поля).
4. Как называется сооружение для проведения спортивных соревнований? (Стадион).
5. Что означает «баскет» и «бол»? (Корзина и мяч).
6. В каких играх на площадке натянута сетка? (Волейбол, большой теннис).
7. Толстые веревки, используемые для лазания, — это ... (Канаты).
8. Место, с которого начинается соревнование, — это ... (Старт).
9. Преподаватель физической культуры, специалист в данном виде спорта — это ... (Тренер).
10. Цель этой игры — забить мяч в ворота противника (Футбол).
11. Прибор для измерения времени в спорте — это ... (Секундомер).
12. В футболе, когда мяч выкатывается за боковую линию — это ... (Аут).
13. Обувь для игры в футбол (Бутсы).
14. Попадание мяча в ворота — это ... (Гол).
15. Передача мяча другому игроку — это ... (Пас).

| **Критерии оценивания** | **Количество вопросов теста** | **Высокий уровень** | **Средний уровень** | **Низкий уровень** |
|---|---|---|---|---|
| **Для 1 года обучения** | **10** | **10** | **8** | **6** |
| **Для 2 года обучения** | **15** | **15** | **10** | **8** |

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

*Методы:*

- ✓ словесный (объяснение, рассказ, беседа);

- ✓ наглядный (личный показ педагога);
- ✓ практический (выполнение упражнений).

*Формы организации образовательного процесса:*

- занятие-освоение нового материала;
- тренировочное занятие;
- комбинированное занятие;
- просмотр видеофильмов, беседы;
- итоговое занятие.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

***Используемая литература:***


1. Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика/Игорь Сергеевич Барчуков, Авенир Александрович Нестеров. – Москва: Академия, 2016.
2. Голощапов, Б.Р. История физической культуры и спорта /Борис Романович Голощапов. – Москва: Academia, 2011.
3. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод. пособие и программа.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-208с.-(Б-ка учителя начальной школы).
4. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте /Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2015.
5. Красикова И.С. Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 2-е изд. – СПб.: КОРОНА принт., 2013. – 176 с.: ил.
6. Потапчук А.А, Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. – СПб: Речь, 2011. – 166 с.
7. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в\ школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»-М.:ТЦ Сфера, 2013. - 144с.
8. Танцевально-игровая гимнастика для детей «Сафи-Дансе». Библиотека Программ «Детство». Учебно-методическое пособие, С. Петербург, 2005г.
9. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец», Детство-Пресс, 2015г.
10. «Академия», 2001.-