МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ВЫЯВЛЕНИЯ, ПОДДЕРЖКИ И РАЗВИТИЯ
СПОСОБНОСТЕЙ И ТАЛАНТОВ У ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН «АВРОРА»

«РАССМОТРЕНО»
На заседании экспертного совета
ГАОУ ДО ЦРТ «Аврора»
пр. №_35_от_09.06.2023_

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
ГАОУ ДО ЦРТ «Аврора»
_____ О.А. Саргаев
приказ № _60_ от 09.06.2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОЙ СМЕНЫ

«Аврора. Спорт»
Место реализации: ГБУ СШОР по биатлону Республики Башкортостан
Срок реализации: 8 дней
Возраст обучающихся: 12-17 лет

Уфа, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Аврора. Спорт» (далее – Программа) разработана с целью углубленной подготовки обучающихся к участию во всероссийской олимпиаде школьников по предмету физическая культура и к соревнованиям по фехтованию.

Программа способствует практической реализации образовательного сопровождения обучающихся направленной на формирование гармонично развитой личности, поддержании высокой мотивационной базы, развитию индивидуальных достижений обучающихся по предмету физическая культура.

Углубленный уровень курса направлен раскрыть творческий потенциал обучающегося во время решения пробных олимпиадных заданий и помочь ему развивать свои способности в процессе подготовки к соревнованию.

Настоящие требования в полной мере удовлетворяют многоуровневые олимпиадные задачи, практические умения и навыки, которые составлены таким образом, чтобы в процессе их решения каждый школьник смог сделать для себя небольшое открытие и в полной мере раскрыть имеющийся у него творческий и спортивный потенциал, независимо от класса обучения и уровня подготовки.

Программа ориентирована на школьников 7 – 11 классов отобранных из числа участников, показавших высокие результаты по предмету физическая культура.

Направленность программы представляет собой комплексную дополнительную образовательную услугу, направленную на всестороннее развитие школьников по выполнению олимпиадных заданий. Особое внимание в программе уделено формированию – теоретический знаний, практических умений и навыков. Учащиеся должны уметь применять полученные знания в ситуациях реального выполнения олимпиадных заданий. Данная программа имеет социальную и педагогическую направленность.

Актуальность программы направлена на сопровождение и развитие практических навыков обучающихся, ориентацию на аккумулирование теоретических знаний и практических умений в процессе решения олимпиадных заданий, а также достижение высокого результата в ВсОШ по предмету физическая культура и в соревнованиях по фехтованию.

Новизна программы заключается в изучении курса в интенсивном формате.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы- интенсивная подготовка школьников к участию во всероссийской олимпиады школьников по предмету физическая культура.

Задачи образовательной программы:

— развитие мотивации к освоению теоретических знаний и практических умений;

— освоение умениями, включающими в себя, разбор олимпиадных заданий;

— обеспечение коммуникативной и психологической адаптации для преодоления психологического барьера в процессе выполнения олимпиадных заданий;

— развивать кругозор обучающихся за счет приобретения ими интегрированных знаний, не входящих в рамки традиционно изучаемой дисциплины.

Категория обучающихся программа рассчитана для обучающихся 7-11 классов.

Возраст обучающихся: 12 - 17 лет.

Условия приема обучающихся происходит отбор участников, показавших высокие результаты в соревнованиях и во всероссийской олимпиаде школьников по предмету физическая культура.

Срок реализации программы: 64 академических часа, с 13 по 20 июня 2023 г.

Форма реализации программы: в очном формате с соблюдением всех необходимых санитарно-эпидемиологических норм.

Формы организации деятельности обучающихся: лекционная, индивидуальная работа, групповая работа, групповая консультация, самостоятельная работа.

Методы обучения: по способу орѓанизации занятий – словесные, практические.

Типы занятий: комбинированные, теоретические, практические.

Режим занятий: один академический час продолжительностью 45 мин., с перерывом между занятиями не менее 10 мин.

Система подготовки обучающихся: интенсивная теоретическая и практическая подготовка по предмету, самоподготовка (чтение научной и научно-популярной литературы, поиск информации в Интернете и т.д., самостоятельные тренировочные занятия).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Обучающиеся должны знать:

— теоретические разделы предметной области по физической культуре

Обучающиеся должны уметь:

— применять теоретические знания при выполнении теоретической части заданий олимпиады;

— применять практические знания при выполнении практической части заданий олимпиады

Обучающиеся должны владеть:

— навыками выполнения теоретической и практической части заданий олимпиады.

Метапредметные результаты: изучения программы предполагают формирование следующих умений:

— умение самостоятельно составлять акробатические комбинации, выполнять упражнения спортивных игр;

— формирование умения с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, овладение монологической и диалогической формами речи.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Всего часов	Теория	Практика
1	Введение, техника безопасности	2	2	-
2	Теоретические знания	28	26	-
3	ОФП. Кросс	4	-	4
4	ОФП. Координационная лестница	8	-	8
5	ОФП. Подвижные игры	6	-	6
6	СФП. Передвижение в парах	2	-	2
7	ОФП. Круговая тренировка	4	-	4
8	ОФП. Силовая дорожка	7	-	7
9	ОФП. Упражнения на растяжку мышц	2	-	2
10	Психологическая служба	1	1	-
	Всего:	**64**	**29**	**33**

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование и мотивация.

Педагогические технологии: технология индивидуального обучения, технология группового обучения, технология проблемного обучения, технология решения задач, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия: теоретическая часть, практическая работа, перерыв, анализ полученных результатов, оценивание работ.

Особенности организации учебного процесса: методической особенностью изложения учебных материалов на занятиях является такое изложение, при котором преподаватель вместе с детьми разбирает ошибки двигательных действий, наводит их на поиск решения.

Материально-техническое обеспечение

Для реализации настоящей программы используется помещение, предназначенное для проведения лекционных и практических занятий, укомплектованное специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения:

- компьютер (ноутбук), планшет, укомплектованный выделенным каналом выхода в Интернет, необходимым программным обеспечением;
- офисные стулья/столы;
- компьютер;
- стол преподавателя;
- принтер;
- канцелярские принадлежности;
- стеллажи для хранения учебного и дидактического материала.
- гимнастические маты;
- мячи (баскетбольные, футбольные, волейбольные, флорбольные);
- конусы.

Организационно-педагогические условия реализации программы

К реализации программы привлекаются квалифицированные преподаватели, тренера-преподаватели ДЮСШ имеющие образование и практический опыт, соответствующие направленности данной Программы.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Афонькин С. Ю. Анатомия человека: Школьный путеводитель – СПб: БКК, 2012. – 96 с.
2. Балашова В. Ф. Физическая культура: тестовый контроль знаний: методическое пособие – 2-е изд. / В.Ф. Балашова, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2009.
3. Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре в 2006 году / под общ ред. Н. Н. Чеснокова. – М.: АПКиППРО, 2006.
4. Гимнастика на Всероссийских олимпиадах школьников по физической культуре: методическое пособие / под общ.ред. Н. Н. Чеснокова. – М.: Физическая культура, 2010. 5. Гурьев С. В. Физическая культура. 8-9 класс: учебник / С. В. Гурьев, М. Я. Виленский. – М.: Русское слово, 2012.
6. Красников А. А. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта: учебное пособие / А. А. Красников, Н. Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2010.
7. Лагутин А. Б. Гимнастика в вопросах и ответах: учебное пособие: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А. Б. Лагутин, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2010. – 128 с.: ил.
8. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основа знаний: учебное пособие / В. П. Лукьяненко. – М.: Советский спорт, 2003. 31
9. Лях В. И. Физическая культура. 10-11 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич / под ред. В. И. Ляха. – 7-е изд. – М .: Просвещение, 2012.
10. Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: учеб для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – 7-е изд., перераб и доп. – М.: Просвещение, 2019. – 175 с.: ил. – (Школа России).
11. Матвеев А. П. Физическая культура. 5 класс: учеб для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 127 с.: ил.
12. Матвеев А. П. Физическая культура: 6-7 классы: учебники для учащихся общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2019. – 192 с.: ил.
13. Матвеев А. П. Физическая культура. 10-11 классы: учеб для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А. П. Матвеев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 319 с.: ил.
14. Матвеев А. П. Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2012.
15. Матвеев А. П. Физическая культура: 10-11 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев, Е. С. Палехова. – 2-е изд. Стереотип. – М.: Вентана-Граф, 2019. – 160 с.

16. Погадаев Г. И. Физическая культура. 7-9 классы: учебник / Г. И. Погадаев. – М.: Дрофа, 2012.
17. Твой олимпийский учебник [Текст]: учеб.пособие для олимпийского образования / В. С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России. – 27-е изд., перераб. и дополн. – М.: Спорт, 2019. – 216 с. : ил.
18. Физическое воспитание в школе: легкая атлетика / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Г. Н. Германов. – М.: Физическая культура, 2014.
19. Физическая культура. 5-6-7 классы: учебник / М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова. – М.: Просвещение, 2011.
20. Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. учреждений / Т. В. Петрова, Ю. А. Копылова, Н. В. Полянская, С. С. Петров. – М.: Вентана-Граф / Учебник, 2019. – 126 с.
21. Физическая культура: учебник для учащихся 10 классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / под общ.ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М. :СпортАкадемПресс, 2003.
22. Физическая культура: учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «Физическая культура» / под общ.ред. А. Т. Паршикова, В. В. Кузина, М. Я. Виленского. – М. :СпортАкадемПресс, 2003.
23. Чесноков Н. Н. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта. / Н. Н. Чесноков, А. А. Красников. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. 32
24. Чесноков Н. Н. Олимпиада по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, В. В. Кузин, А. А. Красников. – М.: Физическая культура, 2005.
25. Чесноков Н. Н. Теоретико-методические задания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2014.
26. Чесноков Н. Н. Практические испытания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура»: методическое пособие / Н. Н. Чесноков, Д. А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2016.
27. Чесноков Н. Н. Содержание программ раздела «Гимнастика» регионального и заключительного этапов Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков, Г. М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2019.
28. Чесноков Н. Н. Теоретико-методические задания на региональных этапах Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» / Н. Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2019.