

МКУ «Управления культуры, спорта и молодежной политики» г. Рубцовска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Спарта»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 4
от 04 апреля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «СШ
«Спарта»
Никита А.И.
Приказ № 56
от «30» мая 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивное лето»**

Возраст обучающихся: с 4 лет

Срок реализации: 3 месяца

Разработчик: **Кутовая Галина Николаевна,**
заместитель директора по спортивной
подготовке;
Голова Евгения Сергеевна,
инструктор-методист

Содержание

1	Комплекс основных характеристик программы	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Учебный план	6
1.3.	Содержание учебного плана	6
1.4.	Формы аттестации планируемых результатов	10
1.5.	Календарный учебный график	10
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	13
2.1.	Методическое обеспечение программы	13
2.2.	Условия реализации	16
2.3.	Оценочные материалы	17
2.4.	Список литературы	18

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Летние каникулы даны школьникам для укрепления их здоровья, физической закалки, восстановления сил после долгого учебного года. Летние каникулы – это время открытий, знакомств, самореализации. Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряжённости, восстановление израсходованных сил, здоровья.

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Спортивное лето» (далее – программа) вызвана следующими факторами:

- невозможностью ребенка самостоятельно распланировать свой досуг в период летних каникул;
- повышение спроса родителей и детей на организованный отдых;
- рост правонарушений и асоциальных действий подростков, предоставленных самим себе, в летний период.

Новизна программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Каждый из модулей имеет свою специфику и направлен на решение своих собственных целей и задач.

Актуальность программы определяется современными требованиями общества и государства к занятости детей в летний период времени. Организация летнего отдыха – один из важных аспектов образовательной деятельности. Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать учебно-тренировочный процесс непрерывным в течение всего года. Каникулы являются благоприятным временем для развития у обучающихся личностных качеств: способности к самореализации, любознательности, умения общаться в группе, соблюдение правил и норм ЗОЖ, безопасного поведения.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждение интереса к разным видам спорта. Программа является одной

из составляющих частей системы физического воспитания, основная цель которой – всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры ребенка.

Отличительная особенность программы состоит в том, что в ней прослеживается изучение различных видов спорта с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.

Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

Нормативная правовая база:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»,
- Федеральный закон от 30 апреля 2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;
- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 28 «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»;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 г. № 1144 н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой

и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях»;

– Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.12.2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

По программе могут заниматься дети с разным уровнем физической подготовки.

Программа рассчитана на **три месяца** обучения и предназначена для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста. Количество часов занятий определено учебным планом. Форма обучения очная.

Адресат программы – дети от 4 лет и старше.

На обучение по программе принимаются все желающие в возрасте от 4 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям спортом (наличие медицинской справки), по заявлению (личному или от родителей/законных представителей), договору на оказание платных услуг.

Группы формируются по возрасту (первая (4-5 лет), вторая (6-7 лет), третья (8 лет и старше), не менее 10 человек в группе.

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья обучающихся посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры и спорта, формирование навыков здорового образа жизни, многогранное и гармоничное развитие физических и духовных сил ребенка.

Задачи:

- способствовать нормальному росту организма и укреплению здоровья обучающихся;
- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности обучающегося;
- помогать в овладении и закреплении разнообразных навыков и умений;
- обеспечивать эффективный отбор одаренных детей, способных достичь высоких спортивных результатов;
- организация летнего досуга обучающихся.
-

1.2. Учебный план

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Теоретические знания	1	1	-
2	Общая физическая подготовка	3	-	3
3	Легкая атлетика	2	-	2
4	Спортивные и подвижные игры:	30	2	28
	хоккей	12	1	11
	футбол	12	1	11
	подвижные игры	6	-	6
5	ГТО. Подготовка к сдаче нормативов	3	-	3
	Итого:	39	3	36

1.3. Содержание учебного плана

Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии, дошкольной и школьной педагогики, выстроено по принципу развивающего обучения, включает несколько разделов.

Раздел «Теоретические знания»:

- основы здорового образа жизни;

- гигиенические требования к спортивной одежде и обуви для учебно-тренировочных занятий;
- влияние физических упражнений на организм;
- безопасное поведение на учебно-тренировочные занятия.

Цель: осмысление самой спортивной деятельности, непосредственно связанных с ней явлений, процессов влияющих на развитие интеллектуальных способностей, без которых не мыслится достижение значительных целей.

Задачи: создание предпосылок для более эффективного освоения и использования обучающимися специальных знаний, которые обеспечат сознательные его действия в условиях учебно-тренировочной, соревновательной деятельности.

Раздел «Общая физическая подготовка (ОФП)»:

- силовые упражнения;
- упражнения на развитие гибкости;
- упражнения на развитие координации;
- упражнения на развитие скоростных качеств;
- упражнения на развитие выносливости;
- упражнения на развитие ловкости;
- эстафеты;
- полоса препятствий.

Цель: развитие общей физической подготовки обучающихся.

Задачи: формирование основных двигательных навыков; включение обучающихся в физкультурно-спортивную деятельность; развитие образного мышления и воображения.

Раздел «Легкая атлетика»:

- бег на короткие дистанции;
- бег на средние дистанции;
- прыжок в длину с места;
- прыжок в высоту;
- метание малого мяча;

- специальные беговые упражнения.

Цель: формирование полноценного крепкого подрастающего поколения.

Задачи: подготовка здоровых, волевых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем развития обучающихся.

Раздел «Спортивные и подвижные игры»:

- хоккей;
- футбол;
- подвижные игры: «Заяц без логова», «Цепи скованные», «Третий лишний», «Пустое место», «Вызов номеров», «Черное – белое» и др.;
- эстафеты с предметами и без предметов.

Цель: формирование мотива, потребности в активной двигательной деятельности; развитие коммуникативных навыков.

Задачи: расширение двигательного опыта и обогащение его новыми, более сложными движениями; развитие творческих возможностей и физических качеств у обучающихся.

Раздел «ГТО. Подготовка к сдаче нормативов»:

- бег 10 м, 30 м, 60 м;
- шестиминутный бег;
- бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из И.П.: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу;
- поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек.;
- прыжок в длину с места толчком двумя ногами;
- наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье;
- метание теннисного мяча в цель, дистанция 5 м;
- челночный бег 3x10 м;
- бег 1000 м;
- подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине 90 см;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

Цель: создание положительной мотивации у детей для занятия спортом; совершенствование физических качеств; приобщение обучающихся к физической культуре и спорту.

Задачи: формирование у обучающихся осознанной потребности в занятиях спортом и, в целом, здоровом образе жизни.

Планируемые результаты

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> – договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения учебно тренировочных занятий; – формирование представлений об этических идеалах и ценностях; – договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения; – формирование дружелюбия, коммуникабельности, интереса к сотрудничеству, дисциплинированности; – укрепление навыков здорового образа жизни. 	<ul style="list-style-type: none"> – соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня; – понимать необходимость здорового образа жизни и соблюдать правила безопасного поведения; – демонстрировать уровень физической подготовленности; – управлять своими эмоциями; – взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других; – раскрывать на примерах личностного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие. 	<ul style="list-style-type: none"> – сохранять правильную осанку; – знать и различать упражнения спортивной направленности; – выполнять комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки; – организовывать и проводить самостоятельные формы занятий.

В результате освоения программы обучающиеся должны:

- освоить теоретический аспект данных физических упражнений, знать их название, технику выполнения;

- участвовать во внутришкольных соревнованиях, знать правила освоенных ими подвижных игр;
- знать основы знаний о здоровом образе жизни, гигиене и технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

1.4. Формы аттестации планируемых результатов

Эффективность проводимой работы с обучающимися в рамках деятельности по реализации программы определяется с помощью диагностического комплекса, который предусматривает как психологическую, так и педагогическую оценку развития навыков и умений физкультурно-спортивной деятельности.

Этот комплекс включает:

- собеседование с обучающимися;
- открытые учебно-тренировочные занятия;
- участие в соревнованиях.

1.5. Календарный учебный график

Продолжительность обучения по программе составляет 13 недель (июнь-август).

Количество и продолжительность учебно-тренировочных занятий:

Группа, возраст	Продолжительность учебно-тренировочного занятия (в мин.)	Количество учебно-тренировочных занятий в неделю
Первая (4-5 лет)	20	3
Вторая (6-7 лет)	30	
Третья (8 лет и старше)	45	

Календарный учебный график

№ п/п	Тема занятия. Общее количество часов	Кол-во часов
1. Теоретические знания. 1 час		
1.1	Вводное занятие. Знакомство с группой. Инструктаж по технике безопасности	1

2. Общая физическая подготовка. 3 часа		
2.1	Бег в среднем темпе, общеразвивающие упражнения на месте, упражнения на мышцы брюшного пресса, упражнения на различные мышечные группы рук, упражнения на развитие гибкости.	1
2.2.	Бег в среднем темпе, общеразвивающие упражнения на месте, упражнения на мышцы брюшного пресса, упражнения на различные мышечные группы ног, упражнения на развитие гибкости, координации.	1
2.3.	Бег в среднем темпе, общеразвивающие упражнения на месте, в движении; упражнения на мышцы брюшного пресса, спины, упражнения на различные мышечные группы рук, ног, упражнения на развитие гибкости, координации.	1
3. Легкая атлетика. 2 часа		
3.1.	Техника высокого старта и техника бега на короткие дистанции; обучение специальным беговым упражнениям. Прыжок в длину с места – обучение и совершенствование.	1
3.2.	Закрепление техники высокого старта и техники бега на короткие дистанции; специальные беговые упражнения. Прыжок в длину с места – совершенствование техники.	1
4. Спортивные и подвижные игры. 30 часов		
4.1.	Хоккей	12
4.1.1.	Знакомство с правилами игры в хоккей. Экипировкой хоккеиста. Техника безопасности. Игры «Салки», «Пустое место».	1
4.1.2.	Ведение шайбы по прямой. Подвижные игры «К своим флажкам», «Салки»	1
4.1.3.	Ведение шайбы по кругу. Подвижные игры «День и ночь», «Прыжки по полоскам»	1
4.1.4.	Ведение шайбы между препятствиями и с броском в ворота. Подвижные игры «Подвижная цель», «Снайперы».	1
4.1.5.	Ведение с изменением направления (по сигналу). Подвижные игры «Салки простые», «Тяни в круг».	1
4.1.6.	Ведение с передачей шайбы в парах. Эстафета с набивными мячами.	1
4.1.7.	Введение шайбы разными способами (непрерывно, попеременно). Эстафета с лазанием и перелезанием.	1
4.1.8.	Забрасывание шайбы в ворота с места. Подвижная игра «Салки», эстафета с преодолением препятствий.	1
4.1.9.	Закрепление изученного, эстафеты, подвижные игры.	1
4.1.10.	Закрепление изученного, эстафеты, подвижные игры.	1
4.1.11.	Закрепление изученного, эстафеты, подвижные игры.	1
4.1.12.	Закрепление изученного, эстафеты, подвижные игры.	1
4.2.	Футбол	12
4.2.1.	Удар по неподвижному мячу в стену с расстояния 2,5-3,5 м	1

	с места и с разбега (касание носком центра мяча), перебрасывание мяча руками друг другу через сетку, натянутую выше роста детей на 20 см; бег с прыжком в высоту (упражнение «Дотронься до колокольчика»).	
4.2.2.	Передача мяча друг другу в паре с места; перебрасывание мяча руками друг другу в паре, в тройке (на расстоянии 2-3 м); игровое упражнение «Горячая картошка».	1
4.2.3.	Бросание мяча двумя руками из-за головы; удар с места (с разбега) по неподвижному мячу в стену с расстояния 3-4 м; удар в ворота носком ноги.	1
4.2.4.	Удар по цели, нарисованной на стене, после передачи мяча взрослым; перебрасывание мяча способом «двумя руками из-за головы» через сетку.	1
4.2.5.	Удар серединой подъема по цели (кегле); передача мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу; удар мячом по стоящему в центре круга (диаметр круга – 4-5 м) предмету; удар по мячу носком с разбега, свободно передвигаясь по полю.	1
4.2.6.	Остановка (прием) мяча подошвой ноги; удар по мячу с места внутренней стороной стопы сквозь ворота (дугу), стоя в паре; передача мяча внутренней стороной стопы от водящего игрокам, стоящим по кругу; игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.2.7.	Ведение мяча прямо попеременно то правой, то левой ногой; ведение мяча по коридору длиной 10 м, постепенно уменьшая его ширину с 2 м до 1 м; ведение мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой по начерченной прямой линии (более 10 м); игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.2.8.	Отбора мяча у соперника; ловля высоколетающего мяча в стороне от ворот и ловля мяча, летящего на уровне груди (в прыжке или без него) (элементы вратарской техники); игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.2.9.	Закрепление изученного, игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.2.10.	Закрепление изученного, игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.2.11.	Закрепление изученного, игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.2.12.	Закрепление изученного, игра в футбол по упрощенным правилам.	1
4.3.	Подвижные игры	6
4.3.1.	Подвижные игры: «Цепи скованные», «Черное – белое». Эстафеты с предметами (теннисные мячи, ракетки, баскетбольные, волейбольные мячи).	1
4.3.2.	Изучение правил игры и игра в «Пионербол». Подвижная	1

	игра «Вызов номеров».		
4.3.3.	Подвижные игры: «Заяц без логова», «Третий лишний». Эстафеты с предметами (обручи, скакалки, эстафетные палки, кегли, резиновые мячи).		1
4.3.4.	Эстафеты с предметами (обручи, скакалки, эстафетные палки, кегли, резиновые мячи, теннисные мячи, ракетки, баскетбольные, волейбольные мячи).		1
4.3.5.	Изученные подвижные игры «Цепи скованные», «Черное – белое», «Пионербол», «Вызов номеров», «Заяц без логова», «Третий лишний».		1
4.3.6.	Эстафеты с предметами и без.		1
5. ГТО. Подготовка к сдаче нормативов. 3 часа			
	Первая, вторая группа	Третья группа	
	Практические навыки в сдаче нормативов ГТО:		
5.1.	бег 10 м, 30 м; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	бег на 30 м/60 м; подтягивание из виса на высокой перекладине (мальчики); наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье; поднимание туловища из положения лежа на спине	1
	Практические навыки в сдаче нормативов ГТО:		
5.2.	шестиминутный бег; поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 30 с); метание теннисного мяча в цель (дистанция 5 м, количество попаданий)	смешанное передвижение на 1 000 м/ бег на 1 000 м/ 1 500 м; подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см; метание теннисного мяча в цель (дистанция 6 м)/ метание мяча весом 150 г	1
	Практические навыки в сдаче нормативов ГТО:		
5.3.	челночный бег 3х10 м; бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения: ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу	сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; челночный бег 3х10 м	1

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение программы

Методы обучения

Подготовка обучающихся осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой и т.д. Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Формы организации деятельности обучающихся на учебно-тренировочных занятиях

- фронтальная;
- поточный способ;
- групповая;
- индивидуальная;
- круговая тренировка.

Приемы и методы организации образовательного процесса

- словестный (устное изложение, беседа и т.д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ тренером-преподавателем);
- практический (упражнения).

Методика проведения учебно-тренировочных занятий

Учебно-тренировочные занятия, являясь основной формой обучения, имеют ряд особенностей, отличающих их от всех других форм физической культуры:

- содержание учебно-тренировочных занятий строится на основе разработанной программы (тематического плана) и включает в себя

разучивание и совершенствование отдельных упражнений, приемов и действий; изучение основных способов и методов проведения учебно-тренировочного занятия по развитию физических качеств; формирование и совершенствование методических знаний, умений и навыков;

– учебно-тренировочные занятия проводят тренеры-преподаватели, имеющий большой опыт работы с детьми;

– в процессе учебно-тренировочных занятий не только формируются и совершенствуются навыки, но и развиваются физические, морально-волевые и психологические качества.

При организации и проведении учебно-тренировочных занятий по программе необходимо учитывать следующее:

– выполнение упражнений в своей основе предполагает достижение предельных нагрузок, согласно возрасту обучающихся;

– обязательное проведение тщательной разминки;

– учебно-тренировочные занятия проводятся непосредственно в условиях МБУ ДО «СШ «Спарта»;

– подготовка мест для учебно-тренировочных занятий не требует больших затрат, при этом могут использоваться самые разнообразные подручные средства, особенности рельефа местности, естественные и искусственные препятствия;

– специфика проведения учебно-тренировочных занятий, насыщенность достаточно сложными упражнениями и высокая физическая нагрузка при часто встречающейся неоднородности в уровне физической подготовленности обучаемых предполагают широкое использование индивидуального подхода в обучении, внесение определенных изменений по ходу учебно-тренировочных занятий (время разминки, нагрузка упражнений и др.) и тщательный контроль за состоянием обучающихся со стороны тренера-преподавателя и медицинского персонала.

Структура учебно-тренировочных занятий по программе

Каждое учебно-тренировочное занятие должно отвечать следующим требованиям:

- содержать общие (выполняемые за счет серии занятий) и частые (выполняемые в течение одного занятия) задачи;
- иметь правильную методическую направленность;
- носить воспитывающий характер;
- учитывать контингент обучаемых (пол, возраст, уровень физической и функциональной подготовленности);
- содержать упражнения, содействующие разностороннему физическому развитию, укреплению здоровья;
- быть интересным для обучаемых;
- иметь целостность и законченность и сочетаться с предыдущими и последующими учебно-тренировочными занятиями.

Каждое учебно-тренировочное занятие состоит из трех частей: подготовительной (разминка), основной, заключительной.

2.2. Условия реализации программы

Цели и задачи программы определяют систему следующих психолого-педагогических принципов, используемых при ее реализации:

- принцип развития (основная задача – это развитие ребенка, и в первую очередь – целостное развитие его личности и готовность личности к дальнейшему развитию);
- принцип психологической комфортности (психологическая защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации);
- принцип овладения культурой (способность ребенка ориентироваться в мире (или в образе мира) и действовать (или вести себя) в соответствии с результатами такой ориентировки и с интересами и ожиданиями других людей);

– принцип обучения деятельности (организация такой детской деятельности, в процессе которой они сами делают открытия, узнают что-то новое путем решения доступных проблемных задач. Используемые в процессе обучения игровые моменты, радость познания и открытия нового формируют у обучающихся познавательную мотивацию, а преодоление возникающих в процессе учения интеллектуальных и личностных трудностей развивает волевую сферу);

– принцип опоры на предшествующее (спонтанное) развитие (опора на предшествующее спонтанное (или, по крайней мере, прямо не управляемое), самостоятельное, «житейское» развитие);

– принцип креативности (развитие у детей способности переносить ранее сформированные навыки в ситуации самостоятельной деятельности, инициирование и поощрение потребности детей самостоятельно находить решение нестандартных задач и проблемных ситуаций);

– принцип индивидуальности (развитие ребенка проводится с учетом его индивидуальных особенностей).

Коллективная форма проведения учебно-тренировочных занятий даёт возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружбу, здоровые отношения между членами коллектива, чему способствует дружеская атмосфера совместной деятельности, делового содружества, взаимопонимания и полного доверия между педагогами и обучающимися.

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности. Постепенно, от занятия к занятию, материал усложняется. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию физических умений и навыков.

2.3. Оценочные материалы

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть тренер-преподаватель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в спортивную деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив.

Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

2.4. Список литературы

1. Аникеева Н.П. Воспитание игрой. – М., 1987.
2. Баршай Ф.М. «Активные игры для детей» – Ростов н/Д: Феникс, 2001.
3. Волохов А.В., Фришман И.И. Внимание, каникулы! Методическое пособие. М.: ЦГЛ. 2005.
4. Кувватова С.А. Активный отдых детей на свежем воздухе. Ростов н/Д. Феникс, 2011.
5. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Силовая подготовка детей школьного возраста: Издательство НЦ ЭНАС, 2003.
6. Лях В.И. «Мой друг физкультура: 1-4 кл.» – М.: Просвещение, 2015.
7. Матвеев А.П., Петрова Т.В. Программы для общеобразовательных учреждений. Физическая культура 1-11 классы: «Дрофа», 2004.
8. Прокофьева Д.Д. Физкультурно-спортивный комплекс ГТО. Нормы ГТО и поиск новой идеологии в России /Д.Д. Прокофьева //Культура физическая и здоровье. 2016. № 2 (57). С. 17-19.