

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного
округа Югры**

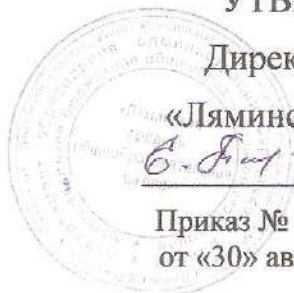

**Департамент образования администрации Сургутского района
МБОУ "Ляминская СОШ"**

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2024 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Ляминская СОШ»

  **Титова Е.Г.**

Приказ № 832

от «30» августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«Национальные виды спорта»

Возраст детей: 6-9 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Лаптева Г.П.

**педагог дополнительного
образования**

д. Лямина 2024 г.

Содержание программы

Титульный лист.....	1
1. Комплекс основных характеристик образования:	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	4
1.3. Учебный план.....	4
1.4. Содержание программы.....	5
1.5. Планируемые результаты.....	6
2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации:	
2.1. Календарный учебный график.....	6
2.2. Условия реализации программы.....	7
2.3. Формы аттестации.....	8
2.4. Оценочные материалы.....	8
2.5. Методические материалы.....	9
2.6. Список литературы.....	10
3. Приложения к программе:	
3.1. Приложения к программе Календарный учебный график.....	12
3.2. Приложения к программе Оценочные материалы.....	13
3.3. Приложения к программе Методические материалы	15

1. Комплекс основных характеристик образования:

1.1 Пояснительная записка

Программа «Национальные виды спорта» составлена на основании «Программы по физическому воспитанию учащихся 5-9 классов на основе традиций коренного населения ХМАО». Авторы: Синявский Н.И., Власов В.В., Фынтынэ О.А., разработанной кафедрой теоретических основ физического воспитания Сургутского государственного педагогического института.

Одной из неотъемлемых составляющих культуры коренных малочисленных народов Севера является традиционная физическая культура. Востребованность активного образа жизни в суровых климатических условиях, развитие мышечной системы, опорно-двигательного аппарата способствовало ее совершенствованию. Посредством элементов физической культуры (национальные подвижные и силовые игры, физические упражнения, закаливание), подрастающему поколению передавались знания, умения, навыки традиционного образа жизни аборигенных народов в экстремальных природно-климатических условиях.

Актуальность программы «Национальные виды спорта» выражается в создании условий для приобщения к занятиям северными видами спорта, как коренных жителей северных территорий, так и все желающих развивать свои физические способности. Система специфических упражнений способствует развитию выносливости, наблюдательности, анализаторных механизмов (вестибулярного, зрительного, кинестетического) необходимых в повседневной жизни.

Отличительной особенностью программы является соединение комплекса оздоровительных физических упражнений с изучением и освоением национальных видов спорта северного многоборья. Программа призвана углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков, обучающихся в национальных видах спорта народов Севера. В программе подобран материал по изучению спортивных традиций народов Севера, народных игр, состязаний, самобытных физических упражнений (метание тынзяня, прыжки через нарты). Данная программа носит физкультурно-спортивный, оздоровительный характер.

Новизна программы заключается в овладении обучающимися техникой выполнения различных видов специфических упражнений народов Севера, знакомстве с национальными обычаями, культурой, традициями, историей народных игр. В ходе занятий используется дифференцированный подход к обучающимся с учетом их состояния здоровья, физического развития и двигательной подготовленности. Успешному решению оздоровительных задач способствует систематическое проведение занятий на открытом воздухе, а, также, постепенное повышение нагрузки, приемов регуляции и саморегуляции психического и физического состояния обучающихся.

Программа «Национальные виды спорта» рассчитана на 36 часов. Обучение, по программе, может быть продолжено в учебно-тренировочных группах. В объединения допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом.

Адресат программы

Данная программа предназначена для обучающихся 7-15 лет.

Рекомендованная наполняемость групп: от 8 до 12-ти человек.

Срок реализации (освоения) программы

Программа для детей рассчитана на 1 год обучения

Объем программы

Количество учебных часов, запланированных на год обучения- 72 часа

Занятия проходят 2 часа в неделю. Продолжительность академического часа 40 мин., перерыв между занятиями 10 мин.

Общий объем программы - 72 часа.

Форма обучения – очная

Особенности организации образовательного процесса.

Количество учебных часов, запланированных на год обучения-108ч:

Занятия проходят 3 часа в неделю. Продолжительность академического часа 40 мин., перерыв между занятиями 10 мин.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и двигательных способностей посредством освоения национальных видов спорта народов ханты и манси

Задачи:

- Освоить технику выполнения самобытных упражнений народов Севера.
- Развить двигательные способности, силу, выносливость, координацию движений.
- Расширить знания обучающихся о национальных обычаях, традициях народов Севера, истории народных игр, национальных видах спорта.
- Воспитать волевые качества: целеустремленность, настойчивость, оптимизм, патриотическое отношение к Родине.

1.3. Учебный план

№ п / п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		всего	теори я	практик а	
	Раздел 1. <i>Традиции, спортивные игры и состязания народов Севера</i>	72	36	36	Тестирование, организация и проведение спортивных соревнований по северному многоборью, практические итоговые занятия
	ИТОГО	72	36	36	

1.4. Содержание программы

Раздел 1.

Традиции, спортивные игры и состязания народов Севера – 70 часов.

Образовательная задача: Знакомство с национальными традициями, подвижными играми народов Севера.

Учебная задача: Изучение основ безопасности при занятиях спортом. Формирование силы, ловкости, внимания.

Планируемый результат:

К концу освоения 1-го раздела обучающиеся погружаются в практики и:

- знают национальные традиции народов ханты и манси;
- знают особенности северного многоборья;
- знают народные игры ханты и манси;
- знают правила самоконтроля физического состояния;
- выполняют общеразвивающие упражнения;
- знают особенности выполнения видов северного многоборья;
- знают правила и умеют играть в национальные игры народов ханты и манси;
- выполняют упражнения ОФП.
- выполняют требования техники безопасности и гигиены;
- повысят уровень физической подготовки

Учебно-тематический план

№	Содержание	Всего	Теория	Практика
I Раздел. Традиции, спортивные игры и состязания народов Севера		72	36	36
1	Вводное занятие	2	2	-
2	Традиции, обычаи, спортивные игры, состязания народов Севера	4	2	2
3	Самоконтроль в процессе занятий спортом	4	2	2
4	Упражнения ОФП на развитие силы	4	2	2
5	Упражнения ОФП на развитие ловкости	4	2	2
6	Упражнения ОФП на развитие выносливости	4	2	2
7	Упражнения ОФП на развитие прыгучести	4	2	2
8	Спортивные игры и состязания народов Севера	4	2	2
9	Метание малого мяча, камней, шишек.	4	2	2
10	Метание набивных мячей из различных положений.	4	2	2
11	Игра «Броски палки вверх».	4	2	2
12	Игра «Броски копья» /лантылпия такта/	4	2	2
13	Игра «Броски палки на дальность»	4	2	2
14	Игра «Заячьи следы» /чевэрлэк/	4	2	2
15	Игра «Заячьи прыжки»	4	2	2

16	Перетягивание палки	4	2	2
17	Игра «Прятки» /конях янтэх/	6	2	4
18	Промежуточная аттестация обучающихся	2	2	-

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Знакомство с обучающимися. ТБ и санитарно-гигиенические требования на занятиях. Значение физической культуры для здоровья. Санитарно-гигиенические требования к спортсменам.

Практика: Просмотр и анализ видеоматериалов о национальных видах спорта. ОФП, национальные игры коренных народов Севера.

Тема 2. Традиции, обычаи, спортивные игры, состязания народов Севера

Теория. Традиции, обычаи, спортивные игры, состязания народов Севера. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Влияние образа жизни на состояние здоровья.

Практика: Просмотр и анализ видеоматериалов о национальных видах спорта. ОФП, национальные игры коренных народов Севера.

Форма занятия: традиционное, соревнование

Тема 3. Самоконтроль в процессе занятий спортом

Теория. Сущность самоконтроля и его роль в занятиях спортом. Дневник самоконтроля, его форма и содержание.

Практика: Воспроизведение приемов самоконтроля. Фиксирование самочувствия в дневнике.

Тема 4. Упражнения ОФП на развитие силы

Теория: зарождение атлетической гимнастики в России. Комплекс упражнений. Приемы самоконтроля.

Практика: выполнение комплекса силовых упражнений без предметов, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.

Тема 5. Упражнения ОФП на развитие ловкости.

Теория: Ловкость – одно из важнейших физических качеств. Значение ловкости при игре в футбол. Способы развития ловкости.

Практика: Выполнение упражнений на развитие ловкости. Подвижные игры на ловкость и координацию.

Тема 6. Упражнения ОФП на развитие выносливости.

Теория: выносливость – одно из важнейших физических качеств. Способы развития выносливости. Значение выносливости в жизнедеятельности спортсмена.

Практика: тестирование выносливости (тест Купера). Выполнение упражнений на развитие выносливости.

Тема 7. Упражнения ОФП на развитие прыгучести

Теория: Виды упражнений для развития прыгучести. Прыжки на месте с подниманием бедра, прыжки в длину с места. Техника прыжков в длину с разбега и с места.

Практика: Упражнения ОФП. Упражнения на развитие прыгучести. Выполнение нормативов по прыжкам в длину.

Тема 8. Спортивные игры и состязания народов Севера

Теория. Традиции, обычаи, спортивные игры, состязания народов Севера. Характерные особенности хантыйских игр. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Влияние образа жизни на состояние здоровья.

Практика: Игры народов Севера.

Тема 9. Метание малого мяча, камней, шишек

Теория. Особенности метание мяча с места в цель, точность попадания в цель.

Практика. Правильное выполнение метания мяча в цель с места.

Тема 10. Метание набивных мячей из различных положений

Теория: Метание набивного мяча с места в цель, точность попадания в цель.

Практика: Правильное выполнение метания мяча в цель с места.

Тема 11. Игра «Броски палки вверх»

Теория. Виды палок. Техника броска палки вверх. Правила состязаний по броскам палки вверх. Техника безопасности при бросках палок вверх.

Практика: Совершенствование навыка кидать палку в верх.

Тема 12. Игра «Броски копья» (лантылпия такта)

Теория. Особенности копья. Материалы для изготовления копья. Правила состязаний по метанию копья. Техника безопасности при бросках копья.

Практика: Совершенствование навыка метания копья.

Тема 13. Игра «Броски палки на дальность»

Теория. Виды палок. Техника броска палки на дальность. Правила состязаний по броскам палки на дальность. Техника безопасности при бросках палок на дальность.

Практика: Совершенствование навыка кидания палки.

Тема 14. Игра «Заячьи следы» (чевэрлэк)

Теория: Правила состязаний. Участники состязаний. Техника безопасности. Особенности выполнения прыжков. (Игрок должен приземлиться точно вслед на одной ноге)

Практика: Упражнения ОФП. Прыжковые упражнения. Национальные игры.

Тема 15. Игра «Заячьи прыжки»

Теория: Правила состязаний. Участники состязаний. Техника безопасности. Особенности выполнения прыжков. (Игрок должен как можно дальше прыгнуть вперед)

Практика: Упражнения ОФП. Прыжковые упражнения. Национальные игры.

Тема 16. Игра «Перетягивание палки»

Теория: Правила состязаний по перетягиванию палки; позиция ног, рук. Техника безопасности.

Практика: Отработка умений выбора правильного положения корпуса при перетягивании палки. Соблюдение

Тема 17. Игра «Прятки» /конях янтэх/

Теория: Правила игры. Участники соревнований. Жеребьевка. Практика: Упражнения ОФП. Национальные игры.

Тема 18. Промежуточная аттестация обучающихся (Зачет. Тестирование)

Раздел 2. Спорт на Севере

Спорт на Севере – 72 часов.

Образовательная задача: углубление и расширение знаний, умений и навыков, полученных после освоения 1 раздела.

Учебная задача: формирование умений и навыков, необходимых для выполнения специфических спортивных упражнений народов ханты и манси.

Планируемы результат:

К концу освоения 2-го раздела обучающиеся погружаются в практики и:

- знают способы хранения и транспортировки спортивного инвентаря;
- знают правила участия в соревнованиях по северному многоборью;
- знают правила организации соревнований по северному многоборью;
- знают приемы оказания первой медицинской помощи
- знают и применяют приемы самоконтроля физического состояния,
- знают виды спорта северного многоборья,
- знают правила и умеют выполнять спортивные упражнения северного многоборья.
- выполняют специальные упражнения на развитие скоростно-силовых качеств;
- выполняют упражнения в соответствии видами северного многоборья;
- пользуются приемами и способами самоконтроля физического состояния;
- выполняют требования техники безопасности при выполнении упражнений северного многоборья;
- пользуются спортивным инвентарем (тынзянь, хорей, нарты):
- повысят уровень физической подготовки.

Учебно-тематический план

№	Содержание	Всего	Теория	Практика
II раздел . Спорт на Севере		72	32	40
1	Метание тынзяна.	4	2	2
2	Метание тынзяна на хорей.	6	2	4
3	Метание малого мяча, камней, шишек.	4	2	2
4	Метание набивных мячей из различных положений	4	2	2
5	Специальные беговые упражнения	4	2	2
6	Бег с максимальной скоростью на дистанцию 60-100 метров	4	2	2
7	Бег по пересеченной местности.	4	2	2
8	Эстафетный бег.	4	2	2
9	Бег с палкой по пересеченной местности.	4	2	2
10	Прыжки.	4	2	2
11	Тройной национальный прыжок	4	2	2
12	Тройной национальный прыжок с разбега.	4	2	2
13	Прыжки через нарты.	6	2	4
14	Подвижные игры	4	2	2
15	Силовые игры	4	2	2
16	Соревнования по силовым и подвижным играм	4	2	2
17	Соревнования по национальным видам спорта	4	2	2

18	Аттестация обучающихся. Соревнования по народным играм	2	-	2
----	---	---	---	---

Тема 1 Метание тынзяня

Теория. Понятие «Тынзян». Правила наматывания тынзяна на руку. Хранение спортивного инвентаря.

Практика: Метание тынзяна. Метание тынзяна с 3-9 метров

Тема 2. Метание тынзяна на хорей

Теория. Особенности изготовления тынзяня, хорей. Правила безопасности на занятии. Техника метания тынзяня. Правила хранения инвентаря

Практика: Совершенствование техники метания тынзяна на хорей.

Тема 3 Метание малого мяча, камней, шишек

Теория. Особенности метание мяча с места в цель, точность попадания в цель.

Практика. Правильное выполнение метания мяча в цель с места.

Тема 4 Метание набивных мячей из различных положений

Теория: Метание набивного мяча с места в цель, точность попадания в цель.

Практика: Правильное выполнение метания мяча в цель с места.

Тема 5. Специальные беговые упражнения

Теория. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег, переменный бег, повторные беговые упражнения.

Практика: Выполнение специальных беговых упражнений.

Тема 6. Бег с максимальной скоростью на дистанцию 60 - 100 метров

Теория. Понятие скоростного бега. Бег с изменением скорости.

Практика: Тренировка бега на 60-100 метров.

Тема 7. Бег по пересеченной местности

Теория: Медленный бег, попеременный бег, контрольный норматив времени.

Практика: Бег по пересеченной местности от 2- 3,5 км.

Тема 8. Эстафетный бег

Теория: Правила эстафетного бега. Старт в эстафетном беге.

Практика: Выполнение норматива эстафетного бега.

Тема 9. Бег с палкой по пересеченной местности

Теория. Медленный бег с палкой 2 км, переменный бег. Приемы контроля самочувствия.

Практика: Выполнение норматива бега с палкой. Контроль самочувствия.

Тема 10. Прыжки

Теория. Прыжки на месте с подниманием бедра, прыжки в длину с места.

Практика: Формирование умений прыжков в длину.

Тема 11. Тройной национальный прыжок

Теория. Прыжки вверх на месте с доставанием подвешенных предметов рукой, прыжки вверх на месте с доставанием подвешенных предметов ногой.

Практика: Выполнение тройного национального прыжка.

Тема 12. Тройной национальный прыжок с разбега

Теория: Техника выполнения тройного национального прыжка. Прыжки в длину с разбега и с места.

Практика: Выполнение тройного национального прыжка с разбега.

Тема 13. Прыжки через нарты

Теория. Спрыгивание с горки. Прыжки через надувные мячи, прыжки по

разметкам с изменением расстояний между разметками. Прыжки через нарты высотой 30 см. Приемы контроля самочувствия.

Практика: Выполнение прыжков через нарты. Контроль самочувствия

Тема 14. Подвижные игры

Теория: Виды национальных подвижных игр. Основные правила игры “Северные олени”. Бег широким шагом, прыжки животных, ориентация в пространстве.

Практика: Игры “Северные олени”, “Оленья упряжка” (“Вэликёр”).

Тема 15. Силовые игры

Теория: Силовые национальные игры. Основные правила игры “Важенка и оленята”.

Приемы самоконтроля самочувствия.

Практика: Игры “Важенка и оленята”, “Догонялки” (“Пэнкинат”). Контроль самочувствия.

Тема 16. Соревнования по силовым и подвижным играм

Теория: Правила соревнований по силовым и подвижным играм. Документальное оформление соревнований.

Практика: Подготовка к соревнованиям. Организация и проведение соревнований.

Соблюдение техники безопасности. Контроль самочувствия.

Тема 17. Аттестация обучающихся.

Теория: Итоговое тестирование.

Практика: Выполнение контрольных упражнений.

Тема 18. Итоговое занятие. Соревнования по народным играм

Теория: Программа соревнований. Правила соревнований. Заявки, протоколы соревнований, судейство.

Практика: Подготовка к соревнованиям. Организация и проведение соревнований.

Формы занятий: соревнования, игры, традиционное занятие, занятие - соревнование, комбинированное, тестирование.

Форма подведения итога: эстафета, соревнование по бегу на скорость, нормативы, соревнование по бегу на скорость, кросс по пересеченной местности, специальные упражнения силовой направленности для мышц туловища, плеча и предплечья, собеседование, соревнование по метанию тынзяня, соревнование по метанию мяча с места

1.5. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- знать историю возникновения народных игр;
- знать национальные обычаи, традиции народов Севера;
- знать национальные виды спорта, состязания, игры;
- знать приспособления и техническое оснащение национальных видов спорта;
- знать и выполнять упражнения общефизической подготовки;
- знать правила и обязанности участников соревнований по северному многоборью;
- приемы контроля и самоконтроля.
- уметь выполнять спортивные упражнения народов Севера в определенном ритме и

- темпе с предметами и без предметов;
- уметь пользоваться приспособлениями и техническим оснащением национальных
- видов спорта;
- проводить диагностику самочувствия

Метапредметные результаты:

- планирование процесса развития физических и личностных качеств;
- определение адекватных способов достижения цели на основе заданных алгоритмов;
- проявление инновационного подхода к решению поставленных задач в процессе обучения, развития физических и личностных качеств;
- самостоятельная организация и выполнение различных заданий;
- обоснование путей и средств устранения ошибок или разрешения противоречий возникаемых в процессе обучения и развития физических навыков;
- соблюдение норм и правил культуры труда в соответствии с нормами безопасности.

Личностные результаты:

- выполнять нормативы по национальным видам спорта на уровне 3 спортивного разряда;
- организовывать и проводить соревнования по северному многоборью

2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации:

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель - 36

количество учебных часов - 72

Начало обучения с 2 сентября 2024 года, окончание – 31 мая 2025 года.

Срок проведения промежуточной аттестации – декабрь 2024 года.

Итоговая аттестация – май 2025 года.

2.2. Условия реализации программы

Техническая платформа

- спортивный зал
- тынзянь
- хорей
- набивные мячи
- нарты
- гантели
- мячи
- спортивные палки

Методическое обеспечение: методические рекомендации Л. А Семенова, В.Г.Красильников «Основы традиционного физического воспитания коренных народов Сибири», нормативы в эстафетном беге, нормативы по бегу, нормативы по бегу по пересеченной местности, нормативы в эстафетном беге.

Методы обучения:

- наглядный - в выполнении упражнений с ориентацией на образец, копирование предложенного образца.
- словесный и наглядный - объяснение и показ упражнений.
- словесный - объяснение, после которого следует самостоятельное выполнение упражнений.
- практический - самостоятельное выполнение упражнений, проведение состязаний, игр,
- соревнований.

Формы организации познавательной деятельности – индивидуальная, групповая, коллективная, в парах.

Форма занятий: традиционное занятие, занятие-состязание, соревнование, занятие-игра. Программа рассчитана на 1 год обучения – 72 часа, 2 часа неделю. Режим занятий составляется в соответствии с СанПИН. Количество обучающихся в группе составляет 10-15 человек. Набор детей свободный. Организация деятельности детей на занятии: групповая, коллективная.

Методическое обеспечение: пособие Л.А. Семенова, методические рекомендации Л. А. Семенова, нормативы по прыжкам, нормативы по возрастам, В.П.Красильников «Основы традиционного физического воспитания коренных народов Сибири», сборник упражнений ОФП, Синявский Н.И. «Пособие», методические рекомендации Л. А. Семенова, нормы, нормативы по возрастам.

Форма подведения итога: специальные упражнения силовой направленности для мышц туловища, соревнование по метанию мяча с места, плеча и предплечья, анализ проведенной игры, тестирование.

2.3. Формы аттестации

Форма подведения итога: эстафета, соревнование по бегу на скорость, нормативы, соревнование по бегу на скорость, кросс по пересеченной местности, специальные упражнения силовой направленности для мышц туловища, плеча и предплечья, собеседование, соревнование по метанию тынзяня, соревнование по метанию мяча с места

Для регулярного контроля, за уровнем развития физических качеств обучающихся, используются контрольные занятия по физической подготовке. Сдача нормативов выявляет как общую физическую подготовку, так и уровень специальной подготовки. Форма проверки подготовленности обучающихся - соревнования, показательные состязания.

2.4. Оценочные материалы

При оценке освоения программы обучающимися, используются следующие критерии:

Высокий уровень – обучающийся владеет навыками выполнения физических упражнений, специфических упражнений народов Севера. Знает традиции, спортивные игры народов ханты и манси. Владеет основами организации и проведения соревнований по Северному многоборью. Умеет пользоваться приемами физического самоконтроля.

Достаточный уровень - обучающийся знает и выполняет основные виды физических упражнений и упражнений северного многоборья. Знает традиции и некоторые игры народов ханты и манси. Знает приемы самоконтроля физического состояния.

Недостаточный уровень – обучающийся знает виды физических упражнений и упражнения северного многоборья. Выполняет их при помощи педагога и

товарищей. Частично знает традиции и спортивные игры народов ханты и манси. Самоконтроль физического состояния проводит с помощью педагога.

2.6. Списокинттернет ресурсов

1. https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/21774/1/sppsor_2002_033.pdf?ysclid=llxxogo495608990951
 2. <https://search.rsl.ru/ru/record/01004595464?ysclid=llxxp20zq3776887188>
 3. <https://www.dissercat.com/content/fizicheskoe-vospitanie-uchashchikhsya-5-9-klassov-natsionalnykh-shkol-na-osnove-traditsii-na?ysclid=llxxpl6ibu581796087>
 4. <https://natural-sciences.ru/ru/article/view?id=13501&ysclid=llxxqa7ah2139504189>
-

3. Приложения к программе:

Приложение 1

Календарный учебный график

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	02 сентября по 28 декабря, 17 учебных недель
Каникулы	С 30 декабря по 12 января
Второе полугодие	С 13 января по 30 мая, 19 учебных недель
Итоговая аттестация	С 19 мая по 30 мая

Календарно – тематический план

п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1 раздел Сентябрь	07.09.24	8.50-10.30	Лекция. Практическое занятие	2	Вводное занятие	Деревня Лямина Кооперативная 18	Опрос
2		09.09.24 14.09.24	8.50-10.30	Практическое занятие	4	Традиции, обычаи, спортивные игры, состязания народов Севера	Деревня Лямина Кооперативная 18	Опрос Контрольные упражнения

3		16.09.24 21.09.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Самок ontro ль в проце ссе занят ий спорт ом	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
4		23.09.24 28.09.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Упра жнени я ОФП на развит ие силы	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
5	Октябр ь	30.09.24 05.10.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Упра жнени я ОФП на развит ие ловко сти	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
6		07.10.24 12.10.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Упра жнени я ОФП на развит ие вынос ливос ти	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
7		14.10.24 19.10.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Упра жнени я ОФП на развит ие прыгу чести	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния

8		21.10.24 26.10.24	8.50- 10.30	Открыто е занятие	4	Спорт ивные игры и состяз ания народ ов Север а	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Показат ельные упражне ния
9	Ноябрь	28.10.24 02.11.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Метан ие малог о мяча, камне й, пише к.	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
10		09.11.24 11.11.24	8.50- 10.30	Комбини рованное занятие	4	Метан ие набив ных мячей из разли чных полож ений.	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Соревно вания
11		16.11.24 18.11.24	8.50- 10.30	Занятие - трениров ка	4	Игра «Брос ки палки вверх ».	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
12		23.11.24 25.11.24	8.50- 10.30	Занятие - трениров ка	4	Игра «Брос ки палки вверх » /ланть ылпия такта/	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
13	Декабр	30.11.24	8.50-	Занятие –	4	Игра	Деревня	Контрол

	ь	02.12.24	10.30	трениров ка		«Брос ки палки на дальн ость»	Лямина Коопера тивная 18	ьные упражне ния
14		07.12.24 09.12.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Игра «Заяч ьи следы » /чевэр лэк/	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
15		14.12.24 16.12.24	8.50- 10.30	Практиче ское занятие	4	Игра «Заяч ьи прыж ки»	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Контрол ьные упражне ния
16		21.12.24 23.12.24	8.50- 10.30	Комбини рованное занятие	4	Перет ягива ние палки	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Соревно вания
17		28.12.24 29.12.24	8.50- 10.30	Занятие- соревнов ание	4	Игра «Прят ки» /конях янтэх/	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Соревно вания
18		30.12.24	8.50- 10.30	Комбини рованное занятие	2	Пром ежудо чная аттест ация обуча ющих ся	Деревня Лямина Коопера тивная 18	Тестиро вание . Контрол ьные упражне ния

1	2 раздел Январь	11.01.2 5 13.01.2 5	8.50- 10.30	Комби нирова нное занятие	4	Метани е тынзян а.	Деревн я Лямин а	Опрос
---	--------------------	------------------------------	----------------	------------------------------------	---	-----------------------------	---------------------------	-------

							Кооперативная 18	
2		18.01.25 20.01.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	4	Метания на хорей.	Деревня Ляминская Кооперативная 18	Контрольные упражнения
3		25.01.25	8.50-10.30	Практическое занятие	2	Метания на хорей.	Деревня Ляминская Кооперативная 18	Контрольные упражнения
4	Февраль	27.01.25 01.02.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	4	Метания малого мяча, камней, шишек.	Деревня Ляминская Кооперативная 18	Контрольные упражнения
5		03.02.25 08.02.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	4	Метания набивных мячей из различных положений	Деревня Ляминская Кооперативная 18	Контрольные упражнения
6		10.02.25 15.02.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	4	Специальные беговые упражнения	Деревня Ляминская Кооперативная 18	Контрольные упражнения

7		17.02.25	8.50-10.30	Практическое занятие	2	Специальные беговые упражнения	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Контрольные упражнения
8		22.02.25 24.02.25	8.50-10.30	Занятие-соревнование	4	Бег с максимальной скоростью на дистанцию 60-100 метров	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Контрольные упражнения
9	Март	01.03.25 03.03.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	4	Бег по пересеченной местности	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Контрольные упражнения
10		10.03.25 15.03.25	8.50-10.30	Практическое занятие	4	Эстафетный бег.	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Контрольные упражнения
11		17.03.25 22.03.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	4	Бег с палкой по пересеченной местности.	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Соревнования
12		24.03.25 29.03.25	8.50-10.30	Занятие - тренир	4	Прыжки.	Деревня Лямин	Контрольные упражнения

		5		овка			а Коопер ативна я 18	ия
13		31.03.2 5 05.04.2 5	8.50- 10.30	Практи ческое заняти е	4	Тройно й национ альный прыжо к	Деревн я Лямин а Коопер ативна я 18	Контрольн ые упражнен ия
14	Апрель	07.04.2 5 12.04.2 5	8.50- 10.30	Практи ческое заняти е	4	Тройно й национ альный прыжо к с разбега .	Деревн я Лямин а Коопер ативна я 18	Соревнова ния
15		14.04.2 5 19.04.2 5	8.50- 10.30	Комби нирова нное заняти е	4	Прыжк и через нарты.	Деревн я Лямин а Коопер ативна я 18	Контрольн ые упражнен ия
16		21.04.2 5 26.04.2 5	8.50- 10.30	Практи ческое заняти е	4	Прыжк и через нарты.	Деревн я Лямин а Коопер ативна я 18	Контрольн ые упражнен ия
17		28.04.2 5	8.50- 10.30	Практи ческое заняти е	2	Прыжк и через нарты.	Деревн я Лямин а Коопер ативна я 18	Контрольн ые упражнен ия

18	Май	03.05.25 05.05.25	8.50-10.30	Практическое занятие	4	Подвижные игры	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Контрольные упражнения
19		10.05.25 12.05.25	8.50-10.30	Практическое занятие	4	Силовые игры	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Соревнования
20		17.05.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	2	Соревнования по силовым и подвижным играм	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Соревнования
21		19.05.25	8.50-10.30	Комбинированное занятие	2	Аттестация обучающихся.	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Тестирование. Контрольные упражнения
22		24.05.25	8.50-10.30	Открытое занятие	2	Итоговое занятие.	Деревня Лямин а Кооперативная 18	Показательные упражнения.

Оценочные материалы

ДИАГНОСТИКА

образовательного уровня обучающихся

Механизмом промежуточной оценки результатов, получаемых в ходе реализации данной программы, являются: диагностика и мониторинг знаний, умений и навыков обучающихся.

В Центре детского творчества Сургутского района был разработан инструментарий – листы контроля знаний, умений, навыков (уровня обученности), которые заполняются по полугодиям (2 раза в год).

Данная диагностика позволяет ввести поэтапную систему контроля за обучением детей и отслеживать динамику образовательных результатов каждого обучающегося, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Этот способ оценивания - сравнение ребенка не столько с другими детьми, сколько с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем - важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения обучающегося за его труд, старание. Каждую оценку надо прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства ребенка - это поддержит его стремление к новым успехам.

Суммарный итог, определяемый путем подсчета тестового балла, дает возможность определить уровень измеряемого качества у конкретного обучающегося и отследить реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил, заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения.

Таким образом, разумно организованная система контроля и оценки образовательных результатов обучающихся дает возможность не только определить степень освоения каждым ребенком программы и выявить наиболее способных и одаренных, но и проследить развитие личностных качеств обучающихся, оказать им своевременную помощь и поддержку.

При этом важно различать оценку результатов подготовки отдельного ребенка и оценку общего уровня подготовки всех обучающихся объединения. Из этих двух аспектов и складывается общая оценка результата работы объединения.

Подводя общие итоги, т.е. оценивая результативность совместной творческой деятельности обучающихся, педагог должен определить следующее:

1. какова степень выполнения детьми образовательной программы, т.е. сколько детей выполнили программу полностью, сколько - частично, сколько - не освоили совсем;
2. сколько детей стали за текущий учебный год победителями, призерами

конкурсов различного уровня;

3. сколько детей желают продолжить обучение по данной образовательной программе;

4. каково количество обучающихся, переведенных на следующий этап обучения;

5. каков уровень организованности, самодисциплины, ответственности детей, занимающихся в группе.

Методика Г. Девиса на определение творческих способностей обучающихся

Для выявления спектра интересов ребёнка проводится определение творческих способностей обучающихся по методике Г.Девиса. Опросник взят без изменений, основополагающим методом исследования является тестирование. Данная методика дает представление о наличии творческих способностей у детей на начальном этапе обучения, что отчасти облегчает понимание, общение и взаимодействие педагога с ребёнком. Так же есть возможность проследить динамику развития этих способностей ребёнка в дальнейшем.

Опросник

1. Я думаю, что я аккуратен(тна).
2. Я любил(а) знать, что делается в других классах школы.
3. Я любил(а) посещать новые места вместе с родителями, а не один.
4. Я люблю быть лучшим(ей) в чем-либо.
5. Если я имел(а) сладости, то стремился(ась) их все сохранить у себя.
6. Я очень волнуюсь, если работа, которую я делаю, не лучшая, не может быть мною сделана наилучшим образом.
7. Я хочу понять, как все происходит вокруг, найти причину.
8. В детстве я не был(а) особенно популярен(на) среди детей.
9. Я иногда поступаю по-детски.
10. Когда я что-либо хочу сделать, то ничего не может меня остановить.
11. Я предпочитаю работать с другими и не могу работать один.
12. Я знаю, когда я могу сделать что-либо по-настоящему хорошее.
13. Если даже я уверен(на), что прав(а), я стараюсь менять свою точку зрения, если со мной не соглашаются другие.
14. Я очень беспокоюсь и переживаю, когда делаю ошибки.
15. Я часто скучаю.
16. Я буду значимым и известным, когда вырасту.
17. Я люблю смотреть на красивые вещи.
18. Я предпочитаю знакомые игры, чем новые.
19. Я люблю исследовать, что произойдет, если я что-либо сделаю.
20. Когда я играю, то стараюсь как можно меньше рисковать.
21. Я предпочитаю смотреть телевизор, чем его делать.

Ключ

Креативность (способность к творчеству) — в случае ответов (+) по вопросам: 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 16, 17, 19 и в случае ответов (-) по вопросам:

1, 3, 5, 11, 13, 14, 15, 18, 20, 21. Сумма соответствующих ключу ответов указывает на степень креативности. Чем больше сумма, тем выше креативность.

- 1 — принятие беспорядка
- 2 — беспокойство о других
- 4 — желание выделиться
- 3 — рискованность
- 6 — недовольство собой
- 5 — альтруизм
- 7 — полный любопытства
- 11 — любовь к одиночной работе
- 8 — не популярен
- 13 — независимость
- 9 — регресс на детство
- 14 — деловые ошибки
- 10 — отбрасывание давления
- 15 — никогда не скучает
- 12 — самодостаточность
- 8 — активность
- 16 — чувство предназначенности
- 20 — стремление к риску
- 17 — чувство красоты
- 21 — потребность в активности
- 19 — спекулятивность

Если сумма соответствующих ключу ответов равна или больше 15, то можно предложить наличие творческих способностей у обучающегося.

Педагог должен помнить, что это — еще нереализованные возможности. Главная проблема — помочь в их реализации, так как часто другие особенности характера таких людей мешают им в этом (повышенное самолюбие, эмоциональная ранимость, нерешенность ядерных личностных проблем, романтизм и др.). Нужны такт, общение на равных, постоянное слежение за их творческими продуктами, юмор, периодическое подталкивание на «великие дела» и требовательность. Избегать острой и частой критики, чаще давать свободный выбор темы и режим творческой работы.

Методика Т. Элерса для изучения мотивации достижения успеха обучающихся

С точки зрения Т. Элерса, мотивация достижения может развиваться в любом возрасте в первую очередь, за счет обучения. Кроме того, «она может развиваться в контексте трудовой деятельности, когда люди непосредственно ощущают все преимущества, связанные с достижениями...»

Инструкция к тестовому материалу

Вам будет предложен 41 вопрос, на каждый из которых ответьте "да" или "нет".

1. Если между двумя вариантами есть выбор, его лучше сделать быстрее, чем откладывать на потом.
2. Если замечаю, что не могу на все 100% выполнить задание, я легко раздражаюсь.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я ставлю на карту все.
4. Если возникает проблемная ситуация, чаще всего я принимаю решение одним из последних.
5. Если два дня подряд у меня нет дела, я теряю покой.
6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.
7. Я более требователен к себе, чем к другим.
8. Я доброжелательнее других.
9. Если я отказываюсь от сложного задания, впоследствии сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.
11. Усердие — это не основная моя черта.
12. Мои достижения в работе не всегда одинаковы.
13. Другая работа привлекает меня больше той, которой я занят.
14. Порицание стимулирует меня сильнее похвалы.
15. Знаю, что коллеги считают меня деловым человеком.
16. Преодоление препятствий способствует тому, что мои решения становятся более категоричными.
17. На моем честолюбии легко сыграть.
18. Если я работаю без вдохновения, это обычно заметно.
19. Выполняя работу, я не рассчитываю на помощь других.
20. Иногда я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
21. Нужно полагаться только на самого себя.
22. В жизни немного вещей важнее денег.
23. Если мне предстоит выполнить важное задание, я никогда не думаю ни о чем другом.
24. Я менее честолюбив, чем многие другие.
25. В конце каникул я обычно радуюсь, что скоро школа.
26. Если я расположен к работе, делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.
27. Мне проще и легче общаться с людьми, способными упорно работать.
28. Когда у меня нет работы, мне не по себе.
29. Ответственную работу мне приходится выполнять чаще других.
30. Если мне приходится принимать решение, стараюсь делать это как можно лучше.
31. Иногда друзья считают меня ленивым.
32. Мои успехи в какой-то мере зависят от других.
33. Противодействовать воле руководителя бессмысленно.
34. Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.
35. Если у меня что-то не ладится, я становлюсь нетерпеливым.
36. Обычно я обращаю мало внимания на свои достижения.
37. Если я работаю вместе с другими, моя работа более результативна, чем у

других.

38. Не довожу до конца многое, за что берусь.

39. Завидую людям, не загруженным работой.

40. Не завидую тем, кто стремится к власти и положению.

41. Если я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты пойду на крайние меры.

Ключ опросника

По 1 баллу начисляется за ответ "да" на вопросы: 2–5, 7–10, 14–17, 21, 22, 25–30, 32, 37, 41 и "нет" — на следующие: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38 и 39. Ответы на вопросы 1, 11, 12, 19, 23, 33–35 и 40 не учитываются.

Подсчитывается общая сумма баллов. Чем больше сумма баллов, тем выше уровень мотивации к достижению успеха.

От 1 до 10 баллов — низкая мотивация к успеху;

от 11 до 16 баллов — средний уровень мотивации;

от 17 до 20 баллов — умеренно высокий уровень мотивации;

более 21 балла — слишком высокий уровень мотивации к успеху.

Тестирование на основе материалов Р. В. Овчаровой

«Методика выявления коммуникативных склонностей обучающихся»

Вопросы

1. Часто ли вам удаётся склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?

2. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?

3. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?

4. Если возникли некоторые помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от задуманного?

5. Любите ли Вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?

6. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было выполнить сегодня?

7. Стремитесь ли Вы к тому, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?

8. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?

9. Часто ли Вы в решении важных дел принимаете инициативу на себя?

10. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?

11. Возникает ли у Вас раздражение, если вам не удаётся закончить начатое дело?

12. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?

13. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?

14. Верно ли, что Вы резко стремитесь к доказательству своей правоты?

15. Принимаете ли Вы участие в общественной работе в школе (классе)?
16. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать своё мнение или решение, если оно не было сразу принято Вашими товарищами?
17. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
18. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
19. Часто ли Вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?
20. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Лист ответов

1 6 11 16

2 7 12 17

3 8 13 18

4 9 14 19

5 10 15 20

Обработка полученных результатов. Показатель выраженности коммуникативных склонностей определяется по сумме положительных ответов на все нечётные вопросы и отрицательных ответов на все чётные вопросы, разделённой на 20. По полученному таким образом показателю можно судить об уровне развития коммуникативных способностей ребёнка:

- низкий уровень – 0,1 - 0,45;
- ниже среднего - 0,46 - 0,55;
- средний уровень - 0,56 – 0,65;
- выше среднего - 0,66 - 0,75;
- высокий уровень - 0,76 - 1.

Анкетирование для родителей обучающихся

«Выявление степени удовлетворённости образовательным процессом и оценки результатов обучения»

Для ребенка большое значение имеет оценка его труда родителями, поэтому педагогу надо продумать систему работы с ними. Это могут быть открытые занятия по окончании полугодия, отчетные мероприятия студии и всего Центра, чтобы родители могли по итоговым творческим работам видеть рост своего ребенка в течение года.

Для выявления степени удовлетворённости образовательным процессом и оценки результатов обучения детей их родителями проводится анкетирование.

АНКЕТА

Группа № _____

1.Понравилось ли Вам открытое занятие?

- 3- понравилось
- 2- не очень понравилось
- 1- совсем не понравилось

2. Виден ли творческий рост группы в целом?

- 3- виден хороший рост
- 2- не очень хороший рост
- 1- не виден рост

3.Оцените степень творческого роста своего ребенка.

- 3- очевиден рост
- 2- малозаметный рост
- 1- не заметен вовсе

4. Выполнял ли Ваш ребёнок подобные упражнения дома?

- 3- постоянно
- 2- изредка
- 1- никогда

5.Считаете ли Вы, что поставленные задачи носят посильный характер?

- 3- посильный
- 2-частично посильный
- 1-не посильный

Ответы на дополнительные вопросы анкетирования:

- 1. Группа, в которой занимается мой ребенок, можно назвать дружной.
- 2. Педагог проявляет доброжелательное отношение к моему ребенку.
- 3. В группе мой ребенок чувствует себя комфортно.
- 4. Я испытываю чувство взаимопонимания, контактируя с педагогами и администрацией центра детского творчества, в котором занимается мой ребенок.
- 5. Мой ребёнок проявляет творческую инициативу, педагог помогает ему в этом.
- 6. Педагог справедливо оценивает достижения моего ребенка.
- 7. Мой ребенок не перегружен учебными занятиями и домашними заданиями по техническому творчеству.
- 8. Педагог учитывает индивидуальные особенности моего ребенка.
- 9. В коллективе проводятся мероприятия, которые полезны и интересны моему ребенку.
- 10. Педагоги дают моему ребенку глубокие и прочные знания.
- 11. В коллективе заботятся о физическом развитии и здоровье моего ребенка.
- 12. Учебное заведение способствует формированию достойного поведения моего ребенка.
- 13. Администрация и педагог создают условия для проявления и развития способностей моего ребенка.
- 14. Коллектив помогает ребенку поверить в свои силы.

15. Коллектив помогает ребенку учиться решать жизненные проблемы.
16. Коллектив помогает ребенку учиться преодолевать жизненные трудности.
17. Коллектив помогает ребенку учиться правильно, общаться со сверстниками.
18. Коллектив помогает ребенку учиться правильно общаться со взрослыми.

Цель: выявить уровень удовлетворенности родителей работой педагога и коллектива в целом.

Высказывания 1-13

Обработка результатов. Удовлетворенность родителя работой коллектива (коэффициент X) определяется как частное от деления общей суммы баллов всех его ответов на общее количество ответов (на 15).

Если коэффициент X равен 3 или больше этого числа, то это свидетельствует о высоком уровне удовлетворенности; если он равен или больше 2, но не меньше 3, то это говорит о среднем уровне удовлетворенности; если же коэффициент X меньше 2, то это является показателем низкой удовлетворенности.

Высказывания 14-18

Обработка результатов. Подсчитывается средний показатель оценки родителей по всей совокупности предложенных утверждений. Его значение сопоставляется со шкалой оценивания, использованной в данной методике. Если полученный показатель получится меньше 3 баллов, то результаты опроса свидетельствуют о низкой оценке родителями помощи образовательного учреждения в воспитании у детей способности к решению основных жизненных проблем.

Утверждения, представленные в анкете, оцениваются от 0 до 4-х баллов:

- 4- совершенно согласен;
- 3- скорее согласен;
- 2- трудно сказать;
- 1- скорее не согласен;
- 0- совершенно не согласен.