


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 29 С УГЛУБЛЕННЫМ
ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ ИМЕНИ И. Н. ЗИКЕЕВА»

Принята
решением педагогического совета

протокол от «29» августа 20 23
года № 1

Утверждена
приказом МБОУ
«Средняя школа № 29 им. И.Н. Зикеева»

от «29» августа 20 23 года
№ 178

Директор  С.Л. Остриков



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Легкая атлетика»**

Срок реализации – 1 год (36 часов)

Уровень: стартовый

Возраст учащихся 8-11 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Кочуков Михаил Михайлович

г. Курск – 2023

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	2
1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Планируемые результаты	6
1.4. Содержание программы (учебный план, содержание учебного плана).....	7
2. Комплекс организационно-педагогических условий	8
2.1. Календарный учебный график	9
2.2. Оценочные материалы	10
2.3. Формы аттестации	11
2.4. Методическое обеспечение	14
2.5. Условия реализации Программы	17
Рабочая программа воспитания	18
Список литературы	20
Приложения	21

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДООП

1.1. Пояснительная записка Нормативно-правовая база ДООП:

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 07.10.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 01.12.2022) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие образования»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Минтруда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 № 66403);

Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 № 882/391 (в ред. от 26.07.2022) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678 - р);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573);

Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы);

Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО (ред. от 23.12.2022) «Об образовании в Курской области» (принят Курской областной Думой 04.12.2013);

Приказ Комитета образования и науки Курской области от 12.02.2021 №1-114 (ред. от 03.03.2022) «Об организации и проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ»;

Приказ Комитета образования и науки Курской области от 30.08.2021 №1-970 (ред. от 01.04.2022) «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей в Курской области»;

Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;

Устав МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева», утвержден приказом Комитета образования города Курска от 11.04.2016 г. № 137;

Положение о дополнительном образовании (принято на заседании педагогического совета, протокол № 6 от 31.05.2023, утверждено приказом директора МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева» от 09.06.2023 №160);

Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева», (принято на заседании педагогического совета, протокол № 6 от 31.05.2023, утверждено приказом директора МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева» от 09.06.2023 №160);

Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля, успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по результатам освоения дополнительных общеобразовательных программ (принято на заседании педагогического совета, протокол № 6 от 31.05.2023, утверждено приказом директора МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева» от 09.06.2023 №160);

Воспитательная программа МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева», (принято на заседании педагогического совета, протокол № 6 от 31.05.2023, утверждено приказом директора МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н.Зикеева» от 09.06.2023 №160).

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р) и Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации определена важность роли физической культуры и спорта в развитии человеческого потенциала России. Главная цель модернизации системы физкультурно-спортивного воспитания обучающихся в образовательных организациях страны - создание условий, обеспечивающих возможность для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом.

Лёгкая атлетика, один из основных и наиболее массовых видов спорта, не зря называют «королевой спорта». По количеству разыгрываемых комплектов медалей, представительству стран-участниц всех континентов и числу зрителей, наблюдающих за соревнованиями на

стотысячных стадионах, она не имеет себе равных. Образовательная программа «Лёгкая атлетика» имеет спортивно - оздоровительную направленность, подготовлена с учетом базовых требований и учебных программ для занятий во внеурочное время.

Программа разработана на основе методических рекомендаций внеурочной деятельности «Лёгкая атлетика» под редакцией Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова (Просвещение, 2011 год), на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич (М.: Просвещение, 2012. Допущено Министерством образования и науки РФ)

Отличительная особенность программы.

Лёгкая атлетика имеет большое прикладное значение, ведь с ее помощью развиваются основные физические качества: выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности - в трудовой деятельности. Во время занятий лёгкой атлетикой приобретаются навыки координации движений, быстрого и экономичного передвижения и рационального выполнения сложных физических упражнений. Все, кто занимаются лёгкой атлетикой, приобретают специальные знания относительно техники исполнения физических упражнений, основных функций человеческого организма, организации тренировочных занятий, режима личной гигиены, питания, работы и отдыха. Кроме этого, лёгкая атлетика имеет воспитательное значение, способствуя популяризации здорового образа жизни. Правильная организация и методика проведения занятий и соревнований положительно влияют на формирование личности человека, развитие ее моральных качеств (воли, целенаправленности, выдержки) и умственных способностей (самооценки собственных возможностей и тому подобное).

Легкоатлетические упражнения требуют от детей развития физических качеств, специфических антропометрических особенностей, высокой психической устойчивости, умения качественно реализовывать эти потенциальные способности в конкретных и разнохарактерных видах спортивных упражнений.

Адресат программы

В секции занимаются учащиеся в возрасте 8 – 11 лет. Набор детей производится, независимо от половой принадлежности, физических и психологических особенностей, но относящиеся к **основной** группе здоровья.

Возраст 8 – 11 лет характеризуется интенсивным ростом. Быстро растут длинные трубчатые кости верхних и нижних конечностей, ускоряется рост в высоту позвонков.

Позвоночный столб подростка очень подвижен. Чрезмерные мышечные нагрузки, ускоряя процесс окостенения, могут замедлять рост трубчатых костей в длину.

В этом возрасте быстрыми темпами развивается и мышечная система. Отмечается резкий скачок в увеличении общей

На фоне морфологической массы мышц, главным образом за счет увеличения толщины мышечных волокон и функциональной незрелости сердечно - сосудистой системы, а также продолжающегося развития центральной нервной системы особенно заметно выступает незавершенность формирования механизмов, регулирующих и координирующих различные функции сердца и сосудов.

У детей 8 – 11 лет достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности (в метаниях на меткость и на дальность, в спортивно-игровых двигательных действиях), силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

Показатели развития силовых качеств определяются не только возрастными и половыми особенностями, но сильно колеблются довольно в больших пределах в зависимости от индивидуальных различий детей, характера двигательной активности, занятий конкретными видами спорта и других обстоятельств.

Уровень Программы – стартовый.

Адресат программы - Программа адресована учащимся младшего школьного возраста (9-10лет).

Младший школьный возраст (9-10лет). Когда ребенок обучается в начальных классах. В этот период происходит усвоение опыта, и формируется возможность произвольной регуляции психических процессов и внутренней план действий. Происходит резкий скачок в физическом, интеллектуальном и психологическом развитии. Появляются совершенно новые социальные роли, которые были неведомы ребенку раньше. В этом возрасте ребенок становится сильным, выносливым и ловким, имеет потребности в регулярной нагрузке. Понимает и принимает правила командных игр и требования тренера, занимаясь спортом. Легко выполняет размашистые движения. Тонкие движения становятся четче ближе к концу младшего школьного возраста.

Объем и срок освоения программы Программы - 36 часов, 1 год.

Режим занятий - занятия каждого года обучения проводятся 1 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа – 45 минут, перерыв между часами одного занятия – 10 минут. Группы разновозрастные. Наполняемость учебных групп: 20-25 человек.

Формы обучения - очная

Формы организации образовательного процесса: комбинированные (теория и практика). Учебно-тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры и выступление на соревнованиях.

Формы реализации Программы – традиционная

1.2. Цель и задачи Программы.

Цель: создание условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение лёгкой атлетике.

Задачи Программы:

Образовательные:

- укреплять здоровье обучающихся, закаливание организма, утверждение здорового образа жизни;
- сформировать всестороннее развитие физических способностей обучающихся;
- овладевать основами выбранного вида спорта – гимнастики;
- сформировать общие правила техники и выполнения элемента;
- обучить выполнения элементов, сформировать начальные навыки судейства;
- обучить занимающихся применять полученные знания в самостоятельных занятиях.

Развивающие:

- учить осознанному целеполаганию и планированию учебной деятельности;

- учить самостоятельной работе в соответствии с планированием (по алгоритму), анализу результатов, коррекции при необходимости;
- развивать рефлексию учебной деятельности на основных этапах работы;
- формировать осознание необходимости новых знаний;
- стимулировать самостоятельный выбор источников информации для поиска нового знания;
- воспитывать уважение к мнению собеседника;
- учить находить компромисс в споре;
- учить последовательно выражать свои мысли;
- развивать продуктивное сотрудничество с педагогом и другими учащимися.

Воспитательные:

- развивать наглядно-образное, пространственное, композиционное мышление;
- развивать любознательность, познавательную активность, потребность в самообразовании;
- стимулировать фантазию, способности к творческому самовыражению;
- развивать исследовательские способности;
- развивать внимание, наблюдательность, зрительная память;
- воспитывать ответственность, дисциплинированность, трудолюбие;
- воспитывать доброжелательность, дружелюбие и взаимоподдержку;
- воспитывать уважение, интерес и патриотические чувства к своей стране, курскому краю;
- воспитывать нравственные, морально-психологические и коммуникативные качества;
- развивать внутреннюю свободу ребенка, способность к объективной самооценке и самореализации поведения, чувства собственного достоинства, самоуважения;
- воспитывать уважительное отношение к членам коллектива в совместной творческой деятельности;
- формировать общественную активность, реализацию в социуме.

1.3 Планируемые результаты

В ходе освоения данной программы обучающиеся будут

знать:

- значение лёгкой атлетики в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- прикладное значение легкоатлетических упражнений;
- правила безопасного поведения во время занятий лёгкой атлетикой;
- названия разучиваемых легкоатлетических упражнений;
- технику выполнения легкоатлетических упражнений, предусмотренных учебной программой;
- типичные ошибки при выполнении легкоатлетических упражнений;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований в беге на короткие и средние дистанции, прыжках в длину и в высоту с разбега, метании малого мяча (гранаты) на дальность;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами лёгкой атлетики.

уметь:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях лёгкой атлетикой;
- технически правильно выполнять предусмотренные учебной программой легкоатлетические и контрольные упражнения (двигательные тесты);
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях лёгкой атлетикой;

- выполнять обязанности судьи по бегу, прыжкам, метаниям.
- технически правильно выполнять предусмотренные учебной программой легкоатлетические и контрольные упражнения (двигательные тесты);
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях лёгкой атлетикой;
- выполнять обязанности судьи по бегу, прыжкам, метаниям.

владеть:

- организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и различных подвижных игр.
- обучить учащихся технике основных легкоатлетических дисциплин;
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством легкоатлетических упражнений;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Содержание Программы

1.4.1 Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество учебных часов			Формы аттестации
		Теория	Практика	Всего часов	
Введение в курс программы					
1	Введение, техника безопасности	2	-	2	Беседа Наблюдение
	Инструктаж по Т.Б.	1	-	1	
	История развития легкой атлетики	1	-	1	
2	Бег на короткие дистанции	3	4	7	Беседа Наблюдение. Самостоятельная работа
	Техника выполнения высокого старта.	1	-	1	
	Техника выполнения низкого старта. Бег 30, 60 м	1	2	3	
	Стартовый разгон и бег по дистанции. Бег 100, 200 м.	1	2	3	
3	Бег на средние и длинные дистанции	1	4	5	Беседа Наблюдение. Самостоятельная работа
	Скоростная выносливость. Бег 400, 800 м	0,5	1,5	2	
	Бег по пересеченной местности на дистанции до 1 км	0,5	1,5	2	
	Бег по пересеченной местности на дистанции до 2 км	-	1	1	
4	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»	1	3	4	Беседа Наблюдение.
	Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»	0,5	1,5	2	
	Техника приземления	0,5	1,5	2	
5	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»	1	3	4	Беседа Наблюдение.

	Техника отталкивания с места и небольшого разбега, а также правильному выполнению маховых движений ногой и руками при отталкивании	0,5	1,5	2	Самостоятельная работа
	Постановка толчковой ноги на место отталкивания	0,5	1,5	2	
6	Метание малого мяча	2	6	8	
	Техника выполнения хлесткому движению метаемой руки в финальном усилии	0,5	0,5	1	Самостоятельная работа
	Техника выхода в положение "натянутого лука" в финальном усилии	0,5	0,5	1	
	Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания.	0,5	3,5	4	
	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1*1м) с расстояния 6-8м.	0,5	1,5	2	
7	Подвижные игры с элементами легкой атлетикой	1	5	6	Беседа наблюдение игра
	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики	1	5	6	
	Итого:	11	25	36	

1.4.2 Содержание учебного плана

1 раздел: Беговые упражнения

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях легкой атлетикой

Физическая культура человека

- режим дня, его основное содержание и правила планирования.

Практическая часть:

Высокий старт. Низкий старт. Стартовый разгон. Бег с ускорением. Высокий старт. Бег с высокого старта. Бег с опорой на одну руку.

2 раздел: Бег на средние и длинные дистанции.

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях во время бега

Физическая культура человека:

- самоконтроль, самоорганизация.

Практическая часть:

Техника бега на средние дистанции. Техника бега на длинные дистанции.

3 раздел: Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по прыжкам в длину с разбега.
- история развития легкой атлетики

Практическая часть:

Прыжки в длину с места. Отталкивание в прыжках в длину с разбега. Приземления. Прыжки в длину с разбега. Специальные беговые и прыжковые упражнения для освоения техники прыжков.

4 раздел: Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по прыжкам в высоту.

Физическая культура (основные понятия).

- физическое развитие человека

Практическая часть:

Отталкивание с места и небольшого разбега, а также правильному выполнению маховых движений ногой и руками при отталкивании. Постановка толчковой ноги на место отталкивания. Прыжки в высоту с разбега. Специальные беговые и прыжковые упражнения для освоения техники бега и прыжков.

5 раздел: Ознакомление с правилами соревнований

Теоретическая часть:

Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.

6 раздел: Подвижные игры с элементами легкой атлетикой

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования при занятиях подвижными играми.

Способы двигательной деятельности

- подготовка к занятиям легкой атлетикой

Практическая часть:

Игры с бегом: «Волк во рву», «Жмурки», «Ловушки», «Картошка», «Выше ноги от земли», «Лапта», эстафеты.

Игры с прыжками: «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам», «Перемена мест», «Удочка», «Бой петухов»

Игры с метанием: «Кто дальше бросит», «Невод», «Гонка мячей по кругу».

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

	Перечень видов	Формы и сроки проведения	Всего
--	----------------	--------------------------	-------

образовательной деятельности	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	
Учебные занятия:	01-30.09	01 - 31.10	01.11-30.11 (04.11 - П)	01.12-31.12	09.01-31.01	01.02-28.02 (23.02 - П)	01.03.-31.03 (08.03 - П)	01.04.-30.04	02.05-25.05 (09.05 - П)	
1 Теоретические сведения по разделу «Легкая атлетика»	1 час.			1 час.						2 час.
Валеология						1 час.		1 час.		2 час.
2 Основы техники	1 час.	1 час.	1 час.	1 час.			1 час.			5 час.
3 Основы тактики	3 час.	3 час.	3 час.	3 час.	3 час.	3 час.	1 час.	3 час.	2 час.	24 час.
4 Методика обучения					1 час.					1 час.
5 Учебные игры							22-26.03 1ч.		17-21.05 1ч.	2 час.
6 Промежуточная аттестация					15.01-30.01 Тестирование				10.05-22.05 игра	
7 Экскурсия	20-24.09 2ч									
ИТОГО:	5 час.	4 час.	4 час.	5 час.	4 час.	4 час.	3 час.	4 час.	3 час.	36 час.

2.2. Оценочные материалы

Для проверки и оценки освоения теории и практики на каждом уровне обучения используются следующие пакеты диагностических методик.

Теория: перечень вопросов и заданий.

Практика: результаты работы на тренировке.

Оценка результатов обучения на стартовом уровне

Таблица 3

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Оценка образовательно-предметных результатов		
Учащиеся в основном усвоили: – понятия техника метания, высокий старт, низкий старт, стартовый разгон. Прыжки в длину с места. Отталкивание	Учащиеся достаточно знают: – понятия техника метания, высокий старт, низкий старт, стартовый разгон. Прыжки в длину с места. Отталкивание	Учащиеся полностью представляют: – понятия техника метания, высокий старт, низкий старт, стартовый разгон. Прыжки в длину с места. Отталкивание

<p>в прыжках в длину с разбега. Приземления.</p> <ul style="list-style-type: none"> – дополнительные сведения в области раздела физической культуры и спорта; – основы техники безопасности; – правила регулирования своей физической нагрузки. <p>Учащиеся могут с помощью педагога:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и различных подвижных игр. – обучить учащихся технике и тактике; – развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции; – развивать двигательные способности; – формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга. 	<p>в прыжках в длину с разбега. Приземления.</p> <ul style="list-style-type: none"> – дополнительные сведения в области раздела физической культуры и спорта; – основы техники безопасности; – правила регулирования своей физической нагрузки. <p>Учащиеся могут уверенно:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и различных подвижных игр. – обучить учащихся технике и тактике; – развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции; – развивать двигательные способности; – формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга. 	<p>в прыжках в длину с разбега. Приземления.</p> <ul style="list-style-type: none"> – дополнительные сведения в области раздела физической культуры и спорта; – основы техники безопасности; – правила регулирования своей физической нагрузки. <p>Учащиеся могут свободно:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и различных подвижных игр. – обучить учащихся технике и тактике; – развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции; – развивать двигательные способности; – формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
--	--	--

Оценка метапредметных результатов

<p>Недостаточно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение планировать свою деятельность, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении, умение контролировать и оценивать действия; – умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий; – умение осуществлять информационный поиск, сбор и выделение 	<p>Достаточной развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение планировать свою деятельность, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении, умение контролировать и оценивать действия; – умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий; – умение осуществлять информационный поиск, сбор и выделение 	<p>Уверенно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение планировать свою деятельность, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении, умение контролировать и оценивать действия; – умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий; – умение осуществлять информационный поиск, сбор и выделение существенной
---	--	--

существенной информации из различных информационных источников.	существенной информации из различных информационных источников	информации из различных информационных источников
---	--	---

Оценка личностных результатов

<p>Недостаточно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; – понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья; – понимание основных принципов культуры безопасного, здорового образа жизни; – знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения; – готовность и способность к саморазвитию и самообучению; – уважительное отношение к иному мнению; – приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками; – этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей; – умение управлять своими эмоциями; – дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении 	<p>Достаточно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; – понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья; – понимание основных принципов культуры безопасного, здорового образа жизни; – знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения; – готовность и способность к саморазвитию и самообучению; – уважительное отношение к иному мнению; – приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками; – этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей; – умение управлять своими эмоциями; – дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении 	<p>Уверенно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; – понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья; – понимание основных принципов культуры безопасного, здорового образа жизни; – знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения; – готовность и способность к саморазвитию и самообучению; – уважительное отношение к иному мнению; – приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками; – этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей; – умение управлять своими эмоциями; – дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении
---	---	---

поставленных целей; – навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат; – оказание бескорыстной помощи окружающим.	поставленных целей; – навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат; – оказание бескорыстной помощи окружающим.	поставленных целей; – навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат; – оказание бескорыстной помощи окружающим.
---	---	---

2.3 Формы аттестации

Программа предусматривает:

- входной контроль: на первом занятии проводится тестирование, позволяет выявить уровень подготовки обучающихся;
- текущий контроль: регулярно осуществляется в виде наблюдений, бесед, опросов, анализа выполнения обучающимися практических заданий/работ по пройденным темам/разделам;
- промежуточная аттестация: для определения уровня освоения программы проводится конференция с защитой проектов обучающихся.

Оценка уровней освоения программы проводится по критериям, представленным в Таблице 4

Таблица 4

Уровни освоения программы и критерии оценивания

Уровни	Показатели
Высокий	<p><i>Теоретические знания:</i> обучающийся усвоил материал и способен уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагать; умеет обосновывать и аргументировать выдвигаемые им идеи, делать выводы и обобщения; владеет понятиями.</p> <p><i>Практические навыки:</i> обучающийся способен применять в ходе практической деятельности полученные знания, умения и навыки. Работу выполняет самостоятельно с соблюдением правил техники безопасности, доводит ее до конца. Самостоятельно выбирает необходимое оборудование, проводит опыты, описывает их. Может оценить результаты своей работы и дать оценку работы одногруппника.</p>
Средний	<p><i>Теоретические знания:</i> обучающийся усвоил материал, но вызывает трудности логичное, последовательное и грамотное его изложение, допускает несущественные ошибки и неточности; слабо аргументирует научные положения; затрудняется в формулировании выводов и обобщений; частично владеет системой понятий.</p> <p><i>Практические навыки:</i> обучающийся владеет базовыми знаниями, умениями и навыками, но не всегда может выполнить самостоятельное</p>

Средний	<p><i>Теоретические знания:</i> обучающийся усвоил материал, но вызывает трудности логичное, последовательное и грамотное его изложение, допускает несущественные ошибки и неточности; слабо аргументирует научные положения; затрудняется в формулировании выводов и обобщений; частично владеет системой понятий.</p> <p><i>Практические навыки:</i> обучающийся владеет базовыми знаниями, умениями и навыками, но не всегда может выполнить самостоятельное задание без помощи педагога. В работе допускает небрежность, делает ошибки, но может устранить их после наводящих вопросов или самостоятельно. Выбирает необходимое оборудование, проводит опыты, описывает их с помощью педагога. Оценить результаты своей деятельности может с подсказкой педагога, оценивание результатов работы одноклассника вызывает трудности.</p>
Низкий	<p><i>Теоретические знания:</i> обучающийся не усвоил значительную часть материала, допускает существенные ошибки и неточности при его изложении; не может аргументировать научные положения; не формулирует выводов и обобщений; не владеет понятийным аппаратом.</p> <p><i>Практические навыки:</i> обучающийся владеет минимальными начальными знаниями, умениями и навыками; способен выполнять каждую операцию только с подсказкой педагога или одноклассников. В работе допускает грубые ошибки, не может их найти даже после указания педагога. Проведение опытов с выбранным оборудованием, их описание вызывает трудности даже с помощью педагога. Не способен самостоятельно оценить результаты своей работы и работы одноклассника.</p>

Результаты фиксируются в диагностической карте, представленной в Таблице 5 .

Таблица 5

Сводная таблица результатов освоения программы

№п/п	ФИО обучающегося	Теоретические знания	Практические навыки	Итог

Уровни освоения программы (в %):

Низкий _____

Средний _____

Высокий _____

2.3 Методическое обеспечение

Педагогические технологии:

- лично-ориентированное обучение;
- развивающее обучение;
- проблемное обучение;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии;
- технологии исследовательской деятельности;
- групповые технологии;
- педагогика сотрудничества.

Методы обучения

- метод формирования интереса к учению (игра, создание ситуаций успеха, приёмы занимательности);
- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- практический (упражнения, коллективные и индивидуальные задания);
- наглядный (работа с карточками, тематические видео просмотры);
- репродуктивный (повторение освоенных знаний и умений, самостоятельная работа);
- метод контроля (опрос, наблюдение, психологическая поддержка).
- метод самоконтроля (самоанализ, самостоятельное исправление недостатков в работе).

Широко используются **узкоспециальные методы**, направленные на формирование личностной эмоционально-чувственной мотивации ребенка. При этом роль педагога заключается в сопереживании, соучастии в «познавательном эксперименте», который ставят сами дети. На развитие эмоциональной сферы обучающихся, эмпатической чувствительности нацелен важный обучающий метод – **метод диалога**.

Самовыражению ребенка способствует применение **метода творческих заданий**. Выполнение заданий сопряжено с включением детей в различные виды творческой деятельности.

В сочетании применяются словесный, наглядный, практический методы как **методы передачи и восприятия информации**.

Принципы организации учебной деятельности:

- в основе обучения лежит системный, деятельностный и личностно-ориентированный подходы;
- наглядность и доступность обучения;
- учет возрастных особенностей детей при подаче учебного материала и другие.**

Алгоритм учебного занятия:

I этап – организационный. Задача: подготовить обучающихся к работе на занятии. Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя, активизация внимания.

II этап – подготовительный. Задачи: настроить обучающихся на восприятие нового материала, мотивировать на учебно-познавательную деятельность. Содержание этапа: постановка темы, цели учебного занятия.

III этап – основной, направлен на актуализацию имеющихся и усвоение новых знаний и способов действий. Задача: восприятие и осмысление обучающимися нового материала. Содержание: использование заданий и вопросов, которые активизируют познавательную деятельность детей. Первичная проверка понимания. Использование практических заданий, которые сочетаются с объяснением соответствующего материала, а также заданий для самостоятельной работы. Происходит закрепление знаний и умений, их обобщение и систематизация.

IV этап – контрольный. Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция. Содержание: используются разнообразные виды устного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности, практические задания и т.д.

V этап – рефлексия. Задача: оценивается психологический климат на занятии, обучающиеся соотносят цели и задачи, которые были поставлены, и результаты своей деятельности.

Формы учебного занятия:

- по дидактической цели: вводное занятие, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений, навыков,

комбинированное занятие и другие;

- по особенностям коммуникативного взаимодействия: практическое занятие, проектная деятельность, защита проектов, эксперимент и другие.

Методические материалы: наглядные пособия, раздаточный материал

Дидактические и методические материалы

Таблица 6

№ п/п	Наименование раздела, темы	Дидактические и методические материалы
1	Введение, техника безопасности	Перечень вопросов для обсуждения и критерии оценивания; инструкционная карта к практической работе и критерии оценивания выполнения.
2	Бег на короткие дистанции	Мультимедийные презентации, инструкционные карты к практическим работам, методические рекомендации по проведению практических работ
3	Бег на средние и длинные дистанции	Мультимедийные презентации, инструкционные карты к практическим работам, методические рекомендации по проведению практических работ
4	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»	Мультимедийные презентации, инструкционные карты к практическим работам, методические рекомендации по проведению практических работ
5	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»	Мультимедийные презентации, инструкционные карты к практическим работам, методические рекомендации по проведению практических работ
6	Метание малого мяча	Мультимедийные презентации, инструкционные карты к практическим работам, методические рекомендации по проведению практических работ
7	Подвижные игры с элементами легкой атлетикой	Мультимедийные презентации, инструкционные карты к практическим работам, методические рекомендации по проведению практических работ

2.4 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- для занятий требуется спортивная площадка, просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования (СанПиН 2.4.4 3172-14). Помещение должно быть сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое, с достаточным дневным и искусственным освещением.

-оборудование и материалы:

- оборудование кабинета: скамейки, маты, гимнастический мост, гимнастический конь/козел гимнастическое бревно, канат, шведская стенка.
- оборудование и материалы: иллюстрации, газеты, журналы, карандаши простые и цветные, цветные ручки, фломастеры, бумага, карандаши простые

и цветные, цветные ручки, фломастеры, линейка, фотоаппарат, компьютер, экран, бумага, флешнакопители

- кадровое обеспечение программы: Образовательная деятельность по реализации программы осуществляется педагогом дополнительного образования МБОУ «Средняя школа № 29 им. И.Н. Зикеева», соответствующим требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н.

- информационное обеспечение:

1. Единый национальный портал дополнительного образования детей: [Электронный ресурс]. URL: <http://dop.edu.ru>

2.5 Рабочая программа воспитания

Цель: создание воспитывающей среды, формирование ценностных ориентиров учащихся, формирование общей культуры личности, создание условий для саморазвития и самореализации личности.

Задачи:

- создать условия для социальных проб личности;
- нейтрализовать (предотвратить) негативное воздействие социума;
- организовать содержательный досуг;
- включить учащихся в интересную и полезную для них деятельность, в ходе которой дети приобретут социально значимые знания, получат опыт участия в социально значимых делах;
- реализовать важные для личностного развития социально значимые формы и модели поведения;
- развивать творческий потенциал;
- поощрять детские инициативы и детское самоуправление;
- помочь сформировать позитивное отношение к окружающему миру, найти свое место в этом мире, научиться определять и проявлять активную жизненную позицию;
- привить стремление к проявлению высоких нравственных качеств, таких, как уважение человека к человеку, вежливость, бережное отношение к чести и достоинству личности, душевная чуткость, отзывчивость, ответственность, любовь ко всему живому;
- приобщить детей и подростков к активной творческой деятельности, связанной с освоением различных культурных ценностей — воспитать сознательное отношение к труду, к выбору ценностей, пробудить интерес к профессиональной самоориентации, к художественному творчеству;
- сконцентрировать внимание детей и подростков на принципах и условиях здорового образа жизни, способствовать преодолению ими вредных привычек; вести неустанную профилактическую работу, направленную против наркомании, токсикомании.

Формы и содержание деятельности: конкурс, экскурсия, акция, сюжетно-ролевые и социальные игры, беседа, устный журнал, диспут; убеждение, упражнение, поощрение и наказание; организация детского коллектива.

Планируемые результаты

В результате освоения программы у обучающихся:

- будут расширены общекультурные компетенции;
- будет налажено общение со сверстниками, построенное на принципах уважения и доброжелательности;
- будут расширены представления о составляющих позиции активного социально-ответственного гражданина.

Работа с родителями/законными представителями

В рамках реализации программы организуется индивидуальная и коллективная работы с родителями (тематические беседы, консультации, родительские собрания, досуговые мероприятия).

Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Наименование мероприятий	Форма проведения	Сроки и место проведения	Ответственные
1.	Регистрация на сайте, сдача тестов ВФСК ГТО	Игра	сентябрь май	Педагог дополнительного образования
2.	День здоровья	Игра	В течение года	Педагог дополнительного образования
3.	Окружной осенний кросс	Игра	сентябрь	Педагог дополнительного образования
4.	Всероссийский день бега «Кросс Наций»	Игра	сентябрь	Педагог дополнительного образования
5.	Легкоатлетическое четырехборье	Игра	октябрь	Педагог дополнительного образования
6.	Школьный этап олимпиады по физической культуре	Игра	октябрь	Педагог дополнительного образования
7.	Веселые старты	Игра	октябрь	Педагог дополнительного образования
8.	Окружные соревнования по спортивной гимнастике	Игра	декабрь	Педагог дополнительного образования
9.	Окружные соревнования «Фестиваль ГТО»	Игра	февраль	Педагог дополнительного образования
10.	Муниципальный этап «Президентские спортивные игры»	Игра	апрель – май	Педагог дополнительного образования
11.	Первенство школы легкоатлетический кросс	Игра	апрель	Педагог дополнительного образования

12.	Всероссийские соревнования по спортивному ориентированию	Игра	апрель	Педагог дополнительного образования
13.	Всемирный «День здоровья»	Игра	апрель	Педагог дополнительного образования
14.	Подведение итогов учебного года, награждение лучших	Игра	май	Педагог дополнительного образования
15.	Классные часы: «Спорт - полезная привычка» «История возникновения комплекса ГТО»	Игра	в течение года	Педагог дополнительного образования
16.	Подготовка спортивных волонтеров для проведения соревнований, дней здоровья, мероприятий ГТО	Игра	в течение года	Педагог дополнительного образования
17.	Организация и проведение внутриклубных соревнований и праздников	Игра	в течение года	Педагог дополнительного образования

2.6 Список литературы Литература для педагога

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2015 Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)
2. Пособия Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2016г.

Литература для обучающихся

1. Л.Л. Былеева «Подвижные игры». М. 2008г.
2. Б.В. Вамк «Тренерам юных легкоатлетов». М. 2009г
3. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий Физическая культура. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Москва, 2007.
4. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. Планирование и организация занятий. М.: Дрофа, 2008. С. – 3312003.
5. В.И. Лыхов «Судейство соревнований по легкой атлетике». М. 2008г. В. Б. Попов «Прыжки в длину». М.2011г

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата (план)	Дата (факт)	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1			1	Раздел 1. Введение, техника безопасности. 2ч Инструктаж по Т.Б.	Теоретические занятия	Беседа Наблюдение
2			1	История развития легкой атлетики	Теоретические занятия	Беседа Наблюдение
3			1	Раздел 2. Бег на короткие дистанции. 7ч Техника выполнения высокого старта.	Теоретические занятия	Беседа Наблюдение
4			1	Техника выполнения низкого старта. Бег 30, 60 м	Теоретические занятия	Беседа Наблюдение
5			1	Техника выполнения низкого старта. Бег 30, 60 м	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия	Беседа наблюдение
6			1	Техника выполнения низкого старта. Бег 30, 60 м	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
7			1	Стартовый разгон и бег по дистанции. Бег 100, 200 м.	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
8			1	Стартовый разгон и бег по дистанции. Бег 100, 200 м.	Групповые учебно-тренировочные формы в парах, подгруппах и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
9			1	Стартовый разгон и бег по дистанции. Бег 100, 200 м.	Групповые учебно-тренировочные формы в парах , подгруппах и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
10			1	Раздел 3. Бег на средние и длинные дистанции. 5ч Скоростная выносливость. Бег 400, 800 м	Групповые учебно-тренировочные формы в парах , подгруппах и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
11				Скоростная	Групповые учебно-	Беседа

			1	выносливость. Бег 400, 800 м	тренировочные с индивидуальной формой работы внутри группы и теоретические занятия	наблюдение игра
12			1	Бег по пересеченной местности на дистанции до 1 км		Беседа наблюдение игра
13			1	Бег по пересеченной местности на дистанции до 1 км		Беседа наблюдение игра
14			1	Бег по пересеченной местности на дистанции до 2 км		Беседа наблюдение игра
15			1	Раздел 4. Прыжки в длину с разбега «согнув ноги». 4ч Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
16			1	Техника отталкивания в прыжках в длину с разбега «согнув ноги»		Беседа наблюдение игра
17			1	Техника приземления		Беседа наблюдение игра
18			1	Техника приземления		Беседа наблюдение игра
19			1	Раздел 5. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание» 4ч Техника отталкивания с места и небольшого разбега, а также правильному выполнению маховых движений ногой и руками при отталкивании	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
20			1	Техника отталкивания с места и небольшого разбега, а также правильному выполнению маховых движений ногой и		Беседа наблюдение игра

				руками при отталкивании			
21			1	Постановка толчковой ноги на место отталкивания		Беседа наблюдение игра	
22			1	Постановка толчковой ноги на место отталкивания		Беседа наблюдение игра	
23			1	Раздел 6. Метание малого мяча. 8ч Техника выполнения хлесткому движению метаемой руки в финальном усилии	Групповые учебно-тренировочные формы в парах, подгруппах и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра	
24			1	Техника выхода в положение «натянутого лука» в финальном усилии		Беседа наблюдение игра	
25			1	Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания		Беседа наблюдение игра	
26			1	Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания		Беседа наблюдение игра	
27			1	Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания		Беседа наблюдение игра	
28			1	Метание малого мяча с одного шага, стоя боком в направлении метания		Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра
29			1	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1*1м) с расстояния 6-8м.			Беседа наблюдение игра
30			1	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1*1м) с расстояния 6-8м.	Групповые учебно-тренировочные с организацией индивидуальных форм группы и теоретические занятия	Беседа наблюдение игра	
31			1	Раздел 6. Подвижные игры с элементами легкой атлетикой. 6ч Развитие физических способностей в		Беседа наблюдение игра	

				подвижных играх с элементами легкой атлетики		
32			1	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики	Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, тестирование, соревнования, подвижные игры.	Устное тестирование, контрольная игра
33			1	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики		Устное тестирование, контрольная игра
34			1	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики		Устное тестирование, контрольная игра
35			1	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики		Беседа наблюдение игра
36			1	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики		Беседа наблюдение игра

Примерный перечень вопросов для обсуждения (входной контроль)

- 1) Стремись ли ты узнать что-то новое?
- 2) Пытаешься ли ты найти ответ, если что-то непонятно?
- 3) Кем в будущее ты хотел(а) бы стать?
- 4) Нравится ли тебе в школе урок физической культуры?
- 6) Хотел(а) бы ты узнать что-то новое о легкой атлетике?

Критерии оценивания:

Уровень	Критерий оценки поведения
Отсутствие интереса	Интерес практически не обнаруживается. Исключение составляет яркий, смешной, забавный материал.
Реакция на новизну	Интерес возникает лишь на новый материал, касающийся конкретных фактов, но не теории
Любопытство	Интерес возникает на новый материал, но не на способы решения.
Устойчивый учебно-познавательный интерес	Интерес возникает к общему способу решения задач, но не выходит за пределы изучаемого материала
Обобщенный учебно-познавательный интерес	Интерес возникает независимо от внешних требований и выходит за рамки изучаемого материала. Ориентир на общие способы решения системы задач.

Уровни:

Шкала позволяет выявить уровень сформированности учебно- познавательного интереса в диапазоне шести качественно различающихся уровней, указанный в таблице.

Уровень 1 может быть квалифицирован как несформированность учебно-познавательного интереса; уровни 2 и 3 как низкий, уровень 4 – удовлетворительный, уровень 5 – высокий

**Критерии оценивания выполнения практической работы и
практических заданий**

Уровень выполнения	Показатели
Высокий	правильно определил цель опыта; выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности проведения опытов и измерений; самостоятельно и рационально выбрал и подготовил для опыта необходимое оборудование, все опыты провел в условиях и режимах, обеспечивающих получение результатов и выводов с наибольшей точностью; научно грамотно, логично описал наблюдения и сформулировал выводы из опыта. В представленном отчете правильно и аккуратно выполнил все записи, таблицы, рисунки, графики, вычисления и сделал выводы; проявляет организационно-трудовые умения (поддерживает чистоту рабочего места, экономно использует расходные материалы). Эксперимент осуществляет по плану с учетом техники безопасности и правил работы с материалами и оборудованием.
Базовый	опыт проводил в условиях, не обеспечивающих достаточной точности измерений; или было допущено два-три недочета; или не более одной негрубой ошибки и одного недочета, или эксперимент проведен не полностью; или в описании наблюдений из опыта допустил неточности, выводы сделал неполные.
Минимальный	не определил самостоятельно цель опыта; выполнил работу не полностью, не подготовил нужное оборудование и объем выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов; или опыты, измерения, вычисления, наблюдения производились неправильно; или в ходе работы и в отчете обнаружилось в совокупности все недостатки: в объяснении, в оформлении работы, в соблюдении правил техники безопасности при работе с веществами и оборудованием, которые не может исправить даже по требованию педагога.

Пример практического задания

Для чего нужна утренняя зарядка? Поделитесь опытом правильного выполнения утренней зарядки. Составить комплекс утренней зарядки или привести свой комплекс зарядки, если ты ее выполняешь.

Задание к выставке проектов

Необходимо представить проектные работы и результаты исследования для выставки согласно требованиям.

Критерии оценивания проектных работ

- новаторство и оригинальность;
- качество изготовления, соблюдение технологии;
- сложность выполнения;
- качество представленных работ.

Краткий план проведения конференции

Тема проведения: «Легкая атлетика сегодня».

План проведения:

1. Организационный этап;
2. Представление и зачитывание докладов участников;
3. Обсуждение результатов;
4. Подведение итогов конференции.