

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 302-т от 30.08 2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб



Л.А. Еселева

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»**

Возраст учащихся: 14-22 года

Срок реализации: 1 год

**Разработчики:
Соловьева Евгения Владимировна,
Агранова Светлана Геннадьевна,
Варзугина Татьяна Леонидовна,
педагоги дополнительного образования**

РЕКОМЕНДОВАНО

Методическим советом

Протокол № 1 от 19.08.2021

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Учебный план	10
Календарный учебный график.....	11
Рабочая программа	12
Рабочая программа воспитания.....	28
Оценочные и методические материалы	36

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года;
- Национальный проект «Образование» (протокол от 03.09.2018 №10 Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование»;
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» в рамках национального проекта «Образование»;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 № 11 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам);
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «Об изменении федерального закона «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 № 1239 (ред. от 27.05.2020) «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, и сопровождения их дальнейшего развития»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 07.07.2021) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- Закон Санкт-Петербурга от 18.07.2016 № 453-87 (ред. от 14.04.2017) «О патриотическом воспитании в Санкт-Петербурге»;
- Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 16.01.2020 № 105-р «Об утверждении Концепции воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы»;
- Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 21.08.2020 № 24-рп «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 (ред. от 24.03.2021) «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Стандарта безопасной деятельности образовательной организации, реализующей дополнительные общеобразовательные, общеразвивающие программы, в том числе санитарно-гигиенические безопасности в целях противодействия распространения

- Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19) для учреждений дополнительного образования, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга за исключением образовательных организаций, реализующих образовательные программы основного образования;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
 - 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»;
 - Письмо Роспотребнадзора от 22.07.2021 № 02/14750-2021-24 «О подготовке образовательных организаций к новому 2021-2022 учебному году»;
 - Нормативно-правовые документы ГБНОУ ДУМ СПб (в том числе Устав, лицензия ГБНОУ ДУМ СПб на образовательную деятельность от 22.05.2017 № 2994, Программа воспитания ГБНОУ ДУМ СПб до 2024 года, а также иные локальные акты).

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы:

Внедрение общей физической подготовки в систему физического воспитания общеобразовательных профессионально – технических училищ и техникумов, высших учебных заведений, общеобразовательных школ позволяет эффективно решать задачи оздоровления нации и в первую очередь молодого поколения.

Доступность и простота, эмоциональность ситуаций, проявления волевых качеств в единоборствах с соперником делают общую физическую подготовку ценным средством физического воспитания. Занятия общей физической подготовкой позволяют достичь высокой степени физической подготовленности и развивать выносливость, скорость, ловкость и другие двигательные качества, воспитывать смелость, дисциплинированность, важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового и учебного режимов.

Адресат программы: учащиеся в возрасте от 16 до 22 лет.

Программа имеет базовый уровень.

Объем и срок реализации программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка» рассчитана на 1 год обучения.

216 часов в год, 6 часов в неделю (2 раза по 3 часа). Организация образовательного процесса данной программы возможна с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Темы занятий могут быть изменены или скорректированы в соответствии с новыми вызовами времени или новыми технологиями и тенденциями в образовании, а также эпидемиологической обстановкой.

Цель программы: формирование здорового образа жизни, создание условий для гармоничного развития личности с помощью физических упражнений; достижение высоких спортивных результатов и физического развития. Программа направлена на практическое овладение навыками общей физической подготовки, развитие у обучающихся физических качеств.

Задачи программы:

Обучающие:

- освоение базовых знаний и общих представлений о физической культуре, их истории и современном развитии, значении в жизни человека, роли в укреплении и сохранении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- воспитание физических качеств и повышение функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений, формирование культуры движения, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами различных видов фитнес-аэробики;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно – оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, эстетическому и нравственному воспитанию, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Развивающие:

- Способствовать укреплению здоровья и всестороннему физическому развитию детей и подростков.
- Способствовать расширению функциональных возможностей организма.
- Способствовать развитию интереса к деятельности в области спорта.
- Способствовать развитию интереса к истории спорта в целом.

Воспитательные:

- Подготовка обучающихся к трудовой деятельности и защите Родины.

- Воспитание высоких моральных и волевых качеств.
- Воспитание потребности ведения здорового образа жизни.

Условия реализации программы: данная образовательная программа рассчитана на 1 год обучения и предназначена для учащихся в возрасте 14-22 лет. Количество учащихся первого года обучения – не менее 15 человек.

Условия набора:

Для обучения по данной программе принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий баскетболом и общей физической подготовкой на основании медицинской справки, согласно Уставу учреждения и соответствующим локальным актам. В период формирования группы проводится собеседование для определения начальных навыков и умений.

Кадровое обеспечение.: обучение по данной программе может осуществлять один педагог.

Материально-техническое обеспечение:

1. Стадион.
2. Игровой спортивный зал.
3. Тренажерный зал.
4. Снаряды и спортивные приспособления (скамейки, конь, скакалки, гимнастические коврики, гантели, бодибары, штанги сборные, резинки, мячики различного типа и т.д.).
5. Персональный компьютер педагога, для проведения дистанционных занятий.

Особенности организации образовательного процесса: программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предусматривает усложнение задач в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, степенью освоения ими программного материала, и должен сформировать у них практические умения и навыки. Программа является вариативной и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней, расписания занятий.

Формы и режим занятий: основными формами являются: групповые учебные и тренировочные занятия, занятия по индивидуальным планам, восстановительные мероприятия, педагогический контроль. Занятия могут проходить в форме участия в соревнованиях, конкурсах, фестивалях и др., согласно учебному плану работы, плану работы ГБНОУ Дворца учащейся молодежи, мероприятий, организованных комитетом по

образованию Санкт-Петербурга и социальными партнерами учреждения.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (6 часов в неделю), 216 часов в год.

Возможно изменение количества часов, в связи с изменением расписания, режима занятий и уровнем интенсивности освоения программы учащимися.

При реализации программы количество часов в году обучения не меняется. Возможно, некоторое изменение пропорций учебного времени, отводимого на освоение тех или иных тем, в зависимости от успеваемости учащихся в объединении, от скорости усвоения программного материала.

Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы:

Личностные – физическое развитие, владение основными культурно-гигиеническими навыками, знание моральных норм, активность; сформированность первичных представлений о своём физическом состоянии и возможностях, семье, обществе, государстве.

Метапредметные – владение универсальными предпосылками учебной деятельности – умениями работать по правилу и по образцу, слушать педагога и выполнять его инструкции; способность управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения.

Предметные – владеющий необходимыми умениями и навыками по программе в соответствии с поставленными задачами, освоение опыта специфической деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению: знания и умения, конкретные элементы практического опыта - навыки или предметные компетенции.

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

по окончании обучения учащийся будет:

Знать:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;

- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;

- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;

- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Уметь:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «общая физическая подготовка», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию музыки на занятия и самочувствие;

- ориентироваться в видах аэробики, танцевальных жанрах, гимнастики;

- выявлять связь занятий фитнесом с досуговой и урочной деятельностью;

- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;

- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, аэробике, танцах.

Способы проверки, контроля результатов: входной контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль, тестовые упражнения, сдача нормативов и контрольные занятия, участие в турнирах (товарищеских и контрольных матчах).

Учебный план 1 года обучения Соловьева А.А., Агранова С.Г.)

№ п/п	Название раздела темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие по технике безопасности.	3	3	0	Педагогическое наблюдение
2.	Основы общей физической подготовки	21	10	11	Педагогическое наблюдение, тестовые упражнения
3.	Основы физической подготовки	39	9	30	Педагогическое наблюдение, тестовые упражнения
4.	Специальная физическая подготовка	39	8	31	Педагогическое наблюдение, тестовые упражнения
5.	Технико-тактическая подготовка	48	12	36	сдача нормативов и контрольные занятия
6.	Динамическая подготовка	57	25	32	сдача нормативов и контрольные занятия
7.	Итоговое занятие	9	0	9	Контрольные занятия
Итого:		216	67	149	

Учебный план (Варзугина Т.Л.)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	3	3	0	Пед. наблюдение
2.	Основы баскетбола	21	10	11	
3.	Основы физической подготовки	39	9	30	
4.	Специальная физическая подготовка	39	8	31	
5.	Технико-тактическая	48	12	36	

	подготовка				
6.	Практика игры в баскетбол	57	25	32	соревнования
7.	Итоговое занятие	9	0	9	Соревнования
	Итого:	216	67	149	

УТВЕРЖДЕН
Приказом № 363-П от 30.08. 2021г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб


Л.А. Еселева



Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год,1 группа Соловьева Евгения Владимировна	01.09.2021	25.05.2022	36	216	2 раза в неделю по 3 часа
1 год,1 группа Агранова Светлана Геннадьевна	04.09.2021	24.05.2022	36	216	2 раза в неделю по 3 часа
1 год Варгузина Татьяна Леонидовна	02.09.2021	23.05.2022	36	216	2 раза в неделю по 3 часа

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 263-П от «30» 08 2021 г.
Директор ГБОУ ДУМ СПб

Л.А. Еселева



**Рабочая программа
«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»**

**Возраст учащихся: 14-22 года
Срок реализации: 1 год**

**Разработчики:
Агранова Светлана Геннадьевна,
Соловьева Евгения Владимировна,
педагоги дополнительного образования**

Особенности организации образовательного процесса 1года обучения:
программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями учащихся, степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней.

Задачи программы 1 года обучения:

Обучающие:

- освоение базовых знаний и общих представлений о физической культуре, их истории и современном развитии, значении в жизни человека, роли в укреплении и сохранении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- воспитание физических качеств и повышение функциональных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений, формирование культуры движения, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами различных видов фитнес-аэробики;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно – оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, эстетическому и нравственному воспитанию, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Развивающие:

- способствовать укреплению здоровья и всестороннему физическому развитию детей и подростков.
- способствовать расширению функциональных возможностей организма.
- способствовать развитию интереса к деятельности в области спорта.
- способствовать развитию интереса к истории спорта в целом.

Воспитательные:

- подготовка обучающихся к трудовой деятельности и защите Родины.

- воспитание высоких моральных и волевых качеств.
- воспитание потребности ведения здорового образа жизни.

Содержание базовых тем программы 1 года обучения

1. Вводное занятие. Техника безопасности

Теория:

Развитие и возникновение баскетбола;

Основы тактики и техники игры;

2. Основы баскетбола

Практика:

Перемещение по площадке без мяча (с изменением направления, скорости);

Перемещение по площадке с мячом;

Передачи мяча на месте и в движении;

Броски в кольцо с места и в движении;

Взаимодействия игроков в защите и в нападении;

3. Основы физической подготовки

Теория:

Понятия «Здоровый образ жизни», «закаливание», «общефизическая подготовка»;

Практика:

Комплексы упражнений для развития двигательных качеств (с предметами и без);

4. Специальная физическая подготовка

Теория:

Развитие специфических для баскетбола двигательных качеств (быстроты, ловкости, точности движений, координации);

Практика:

Развитие специфических двигательных качеств (координации, быстроты, скорости, ловкости, точности движений)

5. Техничко-тактическая подготовка

Теория:

Виды и способы тактики игры;

Виды передвижений, ведения мяча и бросков по кольцу (просмотр презентаций);

Практика;

Тренировка различных видов перемещения по площадке, передач мяча, бросков по кольцу

6. Практика игры в баскетбол

Теория;

История выступления ведущих команд в баскетболе на последних Олимпийских играх и мировых чемпионатах

Практика;

Участие в соревнованиях по баскетболу и стритболу в рамках районных и городских соревнований

7. Итоговое занятие

Товарищеский матч на первенство учебных групп.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (группа 1, 1 год)

(Соловьева Е.В.)

№/п	Раздел, тема	Кол-во часов	Группа №1	
			Планируемая дата	Фактическая дата
1.	Инструктаж по технике безопасности.	3	01.09.2021	
2.	Рассказ о баскетболе, спортивных достижениях. Инструктаж. Беговые и прыжковые упражнения.	3	03.09.2021	
3.	Правила игры, показ ведения мяча, , остановки с мячом и без мяча, игровые упражнения.	3	08.09.2021	
4.	Беговые упражнения, упражнения с мячом. Обучение броскам по кольцу, отбору мяча. Игра.	3	10.09.2021	
5.	Беговые упражнения, упражнения с мячом. Обучение ударам по кольцу, отбору мяча. Игра.	3	15.09.2021	
6.	Упражнения скоростно-силовой направленности, беговые и прыжковые упражнения; ведение мяча, работа в парах, отбор мяча.	3	17.09.2021	
7.	Обучение правильному ведению мяча, работа в парах, передачи на месте. Броски в кольцо с места. Игра.	3	22.09.2021	
8.	Индивидуальные тактические действия. Позиции игроков, индивидуальная защита. Учебная игра	3	24.09.2021	
9.	Отработка ударов. Ведение мяча. Удары с разных позиций. Отбор мяча. Учебная игра.	3	29.09.2021	
10.	Тактический разбор игровых моментов. Отработка бросков в движении. Подвижные игры, эстафеты Учебная игра.	3	01.10.2021	
11.	ОФП, беговые упражнения. Повторный и переменный бег. Работа в парах. Учебная игра.	3	06.10.2021	
12.	ОФП. Беговые и прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места. Эстафеты.	3	08.10.2021	
13.	Наглядный показ владения мячом тренером или учащимися, имеющих опыт игры на более высоком уровне. Мастер-класс.	3	13.10.2021	
14.	Повторение всех упражнений	3	15.10.2021	

	учащимися с использованием необходимого инвентаря.			
15.	Проведение эстафет с мячами разного веса, упражнения с набивными и наливными мячами. Подвижные игры.	3	20.10.2021	
16.	Проведение эстафет с элементами специфических упражнений, возможность усовершенствования упражнений под конкретного учащегося.	3	22.10.2021	
17.	Выполнение беговых упражнений скоростной направленности. Повторный бег с изменением направления движения. Учебная игра.	3	27.10.2021	
18.	Выполнение беговых упражнений скоростной направленности. Обучение ведению мяча с изменением направления.	3	29.10.2021	
19.	Объяснение значимости специальных упражнений, их направленности. Обучение ведению мяча с изменением высоты отскока «дриблинг». Учебная игра.	3	03.11.2021	
20.	ОФП – упражнения для развития мышц плечевого пояса, составление индивидуального комплекса. Учебная игра.	3	10.11.2021	
21.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение различных эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	12.11.2021	
22.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение различных эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	17.11.2021	
23.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение круговых эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	19.11.2021	
24.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Ведение мяча с изменением скорости и направления	3	24.11.2021	

	движения.			
25.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. ОРУ со скакалкой. Учебная игра.	3	26.11.2021	
26.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. ОРУ со скакалками различной длины – групповые прыжки через скакалку.	3	01.12.2021	
27.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Броски мяча в кольцо после передачи. Учебная игра.	3	03.12.2021	
28.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Броски мяча с места. Учебная игра.	3	08.12.2021	
29.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Удары по мячу ногой, ведение мяча, остановка катящегося, летящего мяча.	3	10.12.2021	
30.	ОРУ с отягощением (бодибары) Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча. Учебная игра.	3	15.12.2021	
31.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	75.12.2021	
32.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	22.12.2021	
33.	ОРУ для развития общей выносливости. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	24.12.2021	
34.	Тестовые упражнения для определения уровня усвоения технических приемов.	3	29.12.2021	
35.	Инструктаж по ТБ. Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр видео материала.	3	12.01.2022	
36.	ОРУ для развития силы мышц ног. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в	3	14.01.2022	

	игровой деятельности.			
37.	ОРУ для развития силы мышц ног. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	19.01.2022	
38.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	21.01.2022	
39.	ОРУ для развития скоростно-силовой выносливости . Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности. Учебная игра.	3	26.01.2022	
40.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	28.01.2022	
41.	ОРУ для развития силовой выносливости. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	02.02.2022	
42.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	04.02.2022	
43.	Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	09.02.2022	
44.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	11.02.2022	
45.	ОРУ с отягощением (бодибары). Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности. Учебная игра.	3	16.02.2022	
46.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	18.02.2022	
47.	ОРУ с наливными мячами для развития силы. Выполнение технико-тактических упражнений. Внедрение технических элементов в игровой процесс.	3	25.02.2022	
48.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Игра в	3	02.03.2022	

	стритбол.			
49.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Игра в стритбол.	3	04.03.2022	
50.	ОРУ с отягощением (гантели). Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Навыки судейства.	3	09.03.2022	
51.	ОРУ для развития координации. Техника и тактика игры в защите. Учебная игра.	3	11.03.2022	
52.	Игровая практика и совершенствование схем игры. Позиция игрока в команде, его личные действия, действия в совокупности с партнерами, оценка его планов и их усовершенствование.	3	16.03.2022	
53.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов на матах. Тактика игры в нападении. Учебная игра.	3	18.03.2022	
54.	Проигрывание различных ситуаций в условиях лимита пространства и времени.	3	23.03.2022	
55.	Проигрывание различных ситуаций в условиях лимита пространства и времени.	3	25.03.2022	
56.	Выполнение технико-тактических упражнений. Внедрение технических элементов в игровой процесс. Совершенствование групповых действий в атаке.	3	30.03.2022	
57.	ОРУ для развития координации. Тактика игры в защите («заслон»). Учебная игра.	3	01.04.2022	
58.	Совершенствование «стандартных положений».	3	06.04.2022	
59.	ОРУ для развития скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	3	08.04.2022	
60.	ОРУ в движении для развития координации. Учебная игра.	3	13.04.2022	
61.	Проигрывание различных ситуаций на площадке в условиях лимита времени.	3	15.04.2022	
62.	Проигрывание различных ситуаций на площадке с ограничением пространства действий. Учебная игра.	3	20.04.2022	
63.	ОРУ для развития силы мышц плечевого пояса	3	22.04.2022	

	Учебная игра.			
64.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	3	27.04.2022	
65.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	29.04.2022	
66.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	04.05.2022	
67.	Моделирование различных ситуаций на поле. Навыки судейства.	3	06.05.2022	
68.	Совершенствование командных взаимодействий на поле. Учебная игра.	3	11.05.2022	
69.	Совершенствование «стандартных положений».	3	13.05.2022	
70.	Совершенствование «стандартных положений».	3	18.05.2022	
71.	ОРУ на развитие силы мышц верхнего плечевого пояса. Развитие скоростных качеств.	3	20.05.2022	
72.	Итоговое занятие.	3	25.05.2022	
	Итого:	216		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (группа 1, 1 год)

(Агранова С.Г.)

№/п	Раздел, тема	Кол-во часов	Группа №1	
			Планируемая дата	Фактическая дата
1.	Инструктаж по технике безопасности.	3	04.09.2021	
2.	Рассказ о баскетболе, спортивных достижениях. Инструктаж. Беговые и прыжковые упражнения.	3	07.09.2021	
3.	Правила игры, показ ведения мяча, , остановки с мячом и без мяча, игровые упражнения.	3	11.09.2021	
4.	Беговые упражнения, упражнения с мячом. Обучение броскам по кольцу, отбору мяча. Игра.	3	14.09.2021	
5.	Беговые упражнения, упражнения с мячом. Обучение ударам по кольцу, отбору мяча. Игра.	3	18.09.2021	
6.	Упражнения скоростно-силовой направленности, беговые и прыжковые упражнения; ведение мяча, работа в парах, отбор мяча.	3	21.09.2021	
7.	Обучение правильному ведению мяча, работа в парах, передачи на месте. Броски в кольцо с места. Игра.	3	25.09.2021	
8.	Индивидуальные тактические действия. Позиции игроков, индивидуальная защита. Учебная игра	3	28.09.2021	
9.	Отработка ударов. Ведение мяча. Удары с разных позиций. Отбор мяча. Учебная игра.	3	02.10.2021	
10.	Тактический разбор игровых моментов. Отработка бросков в движении. Подвижные игры, эстафеты Учебная игра.	3	05.10.2021	
11.	ОФП, беговые упражнения. Повторный и переменный бег. Работа в парах. Учебная игра.	3	09.10.2021	
12.	ОФП. Беговые и прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места. Эстафеты.	3	12.10.2021	
13.	Наглядный показ владения мячом тренером или учащимися, имеющих опыт игры на более высоком уровне. Мастер-класс.	3	16.10.2021	
14.	Повторение всех упражнений	3	19.10.2021	

	учащимися с использованием необходимого инвентаря.			
15.	Проведение эстафет с мячами разного веса, упражнения с набивными и наливными мячами. Подвижные игры.	3	23.10.2021	
16.	Проведение эстафет с элементами специфических упражнений, возможность усовершенствования упражнений под конкретного учащегося.	3	26.10.2021	
17.	Выполнение беговых упражнений скоростной направленности. Повторный бег с изменением направления движения. Учебная игра.	3	30.10.2021	
18.	Выполнение беговых упражнений скоростной направленности. Обучение ведению мяча с изменением направления.	3	02.11.2021	
19.	Объяснение значимости специальных упражнений, их направленности. Обучение ведению мяча с изменением высоты отскока «дриблинг». Учебная игра.	3	06.11.2021	
20.	ОФП – упражнения для развития мышц плечевого пояса, составление индивидуального комплекса. Учебная игра.	3	09.11.2021	
21.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение различных эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	13.11.2021	
22.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение различных эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	16.11.2021	
23.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение круговых эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	20.11.2021	
24.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Ведение мяча с изменением скорости и направления	3	23.11.2021	

	движения.			
25.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. ОРУ со скакалкой. Учебная игра.	3	27.11.2021	
26.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. ОРУ со скакалками различной длины – групповые прыжки через скакалку.	3	30.11.2021	
27.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Броски мяча в кольцо после передачи. Учебная игра.	3	04.12.2021	
28.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Броски мяча с места. Учебная игра.	3	07.12.2021	
29.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Удары по мячу ногой, ведение мяча, остановка катящегося, летящего мяча.	3	11.12.2021	
30.	ОРУ с отягощением (бодибары) Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча. Учебная игра.	3	14.12.2021	
31.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	18.12.2021	
32.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	21.12.2021	
33.	ОРУ для развития общей выносливости. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	25.12.2021	
34.	Тестовые упражнения для определения уровня усвоения технических приемов.	3	28.12.2021	
35.	Инструктаж по ТБ. Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр видео материала.	3	11.01.2022	


36.	ОРУ для развития силы мышц ног. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	15.01.2022	
37.	ОРУ для развития силы мышц ног. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	18.01.2022	
38.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	22.01.2022	
39.	ОРУ для развития скоростно-силовой выносливости . Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности. Учебная игра.	3	25.01.2022	
40.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	29.01.2022	
41.	ОРУ для развития силовой выносливости. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	01.02.2022	
42.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	05.02.2022	
43.	Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	08.02.2022	
44.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	12.02.2022	
45.	ОРУ с отягощением (бодибары). Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности. Учебная игра.	3	15.02.2022	
46.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	19.02.2022	
47.	ОРУ с наливными мячами для развития силы. Выполнение технико-тактических упражнений. Внедрение технических элементов в игровой	3	25.02.2022	

	процесс.			
48.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Игра в стритбол.	3	26.02.2022	
49.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Игра в стритбол.	3	01.03.2022	
50.	ОРУ с отягощением (гантели). Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Навыки судейства.	3	05.03.2022	
51.	ОРУ для развития координации. Техника и тактика игры в защите. Учебная игра.	3	12.03.2022	
52.	Игровая практика и совершенствование схем игры. Позиция игрока в команде, его личные действия, действия в совокупности с партнерами, оценка его планов и их совершенствование.	3	15.03.2022	
53.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов на матах. Тактика игры в нападении. Учебная игра.	3	19.03.2022	
54.	Проигрывание различных ситуаций в условиях лимита пространства и времени.	3	22.03.2022	
55.	Проигрывание различных ситуаций в условиях лимита пространства и времени.	3	26.03.2022	
56.	Выполнение технико-тактических упражнений. Внедрение технических элементов в игровой процесс. Совершенствование групповых действий в атаке.	3	29.03.2022	
57.	ОРУ для развития координации. Тактика игры в защите («заслон»). Учебная игра.	3	02.04.2022	
58.	Совершенствование «стандартных положений».	3	05.04.2022	
59.	ОРУ для развития скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	3	09.04.2022	
60.	ОРУ в движении для развития координации. Учебная игра.	3	12.04.2022	
61.	Проигрывание различных ситуаций на площадке в условиях лимита времени.	3	16.04.2022	
62.	Проигрывание различных ситуаций на площадке с ограничением	3	19.04.2022	

	пространства действий. Учебная игра.			
63.	ОРУ для развития силы мышц плечевого пояса Учебная игра.	3	23.04.2022	
64.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	3	26.04.2022	
65.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	30.04.2022	
66.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	03.05.2022	
67.	Моделирование различных ситуаций на поле. Навыки судейства.	3	07.05.2022	
68.	Совершенствование командных взаимодействий на поле. Учебная игра.	3	19.05.2022	
69.	Совершенствование «стандартных положений».	3	14.05.2022	
70.	Совершенствование «стандартных положений».	3	17.05.2022	
71.	ОРУ на развитие силы мышц верхнего плечевого пояса. Развитие скоростных качеств.	3	21.05.2022	
72.	Итоговое занятие.	3	24.05.2022	
	Итого:	216		

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27»08 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 303-П от 30.08.2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб

Л.А. Еселева



**Рабочая программа воспитания
объединения, реализующего
дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу
«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»
на 2021-2022 учебный год**

**Разработчики:
Агранова Светлана Геннадьевна,
Соловьева Евгения Владимировна,
педагоги дополнительного образования;
методист отдела УВР
Днепровая Антонина Анатольевна**

2021 год

Введение

Рабочая программа воспитания объединения является составляющей частью Программы воспитания ГБНОУ Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга (Рабочей программы воспитания) на период до 2024 года, утвержденной Приказом от 04.06.2021 № 340-п «Об утверждении Программы воспитания ГБНОУ ДУМ СПб на период до 2024 года» (далее – Программа воспитания).

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга:

- в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ в соответствии с тематическим наполнением рабочих программ;
- в рамках реализации культурно-просветительских и образовательных проектов.

Основные цели и задачи Рабочей программы воспитания:

- воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций;
- создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среды.

Для достижения поставленных целей будут решаться следующие задачи:

Гражданско-патриотическое воспитание:

- сформировать патриотические чувства и сознание учащихся на основе исторических ценностей и роли России в судьбах мира;
- способствовать процессу сохранения и развития чувства гордости за свою страну, город, образовательное учреждение, семью;
- способствовать процессу воспитания личности гражданина – патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов;
- воспитать любовь к родному городу, Родине, её истории, культуре, традициям;

- способствовать изучению истории своей семьи, образовательного учреждения, района, города, культуры народов мира, своей страны;
- способствовать развитию чувства ответственности и гордости за достижения страны;
- сформировать толерантность, чувство уважения к другим народам, их традициям.

Нравственное и духовное воспитание:

- сформировать у учащихся нравственную культуру миропонимания;
- способствовать формированию у учащихся осознанного отношения к нравственному опыту прошлого и будущего, своей роли в нем;
- воспитать доброе отношение к родителям, к окружающим людям, сверстникам;
- воспитать добросовестное отношение к своим обязанностям, к самому себе, к порученному делу.
- сформировать у учащихся представления об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Воспитательная среда:

- определить круг реальных учебных возможностей учащегося и зону его ближайшего развития;
- создать условия для продвижения учащихся в интеллектуальном развитии;
- сформировать интеллектуальную культуру учащихся, развивать их кругозор и любознательность.
- сформировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья, неприятия вредных и опасных для здоровья привычек;
- ознакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению физического и психического здоровья;
- способствовать формированию навыков грамотного поведения в условиях мегаполиса, соблюдения правил дорожного движения;
- сформировать у учащихся общеобразовательных учреждений представления о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство»;
- способствовать развитию опыта противостояния таким явлениям, как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений:

- сформировать у учащихся правовую культуру, представления об основных правах

и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формировать электоральную культуру.

- сформировать у учащихся ценностные представления об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Экологическое воспитание:

- расширить знания по экологии, географии, истории;
- способствовать интеллектуальному и духовно-нравственному развитию учащихся;
- расширить знания об окружающем мире;
- развить творческую, познавательную и созидательную активность;
- укрепить здоровье, воспитать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;
- воспитать патриотизм посредством занятий по краеведению;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Планируемые результаты:

- у учащихся сформируется представление о понятиях основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества;
- у учащихся сформируется понимание смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей;
- у учащихся сформируется представление об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства;
- учащиеся научатся мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни;
- сформируется представление о значимости физического и психического здоровья человека, понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; о правилах безопасного поведения учащихся на улице и дорогах.
- у учащихся сформируется представление о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм»;
- создадутся условия для проявления учащимися в объединениях инициативы и самостоятельности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие интереса к внеурочной деятельности;
- у учащихся сформируются представления о правовой культуре, представления об

- основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры;
- у учащихся сформируются представления о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.
 - у учащихся сформируются дополнительные навыки коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Особенности организации воспитательной деятельности в объединении

Воспитательная деятельность в объединении планируется и организуется в соответствии с модулями Программы воспитания и в соответствии с Календарным планом воспитательной работы ГБНОУ ДУМ СПб на учебный год.

Модули Рабочей программы воспитания:

- духовно-нравственное воспитание;
- гражданско-патриотическое воспитание;
- воспитательный потенциал занятия;
- профессиональное самоопределение;
- добровольческая деятельность;
- экологическое воспитание;
- воспитательная среда;
- профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;
- работа с родителями.

При реализации рабочей программы воспитания объединения используются различные формы и технологии организации воспитательных мероприятий (в том числе дистанционные технологии); организуются и проводятся массовые мероприятия, обеспечивающие условия для совместной деятельности учащихся и родителей (законных представителей).

С целью оценки результативности выполнения поставленных задач и выявления основных проблем воспитания проводится самоанализ воспитательной работы объединения (не реже одного раза в полугодие) и предоставляется отчет по форме.

**Календарный план воспитательной работы
объединения «Общая физическая подготовка» на 2021/2022 учебный год**


№ п/п	Название мероприятия, форма проведения	Сроки проведения	Место проведения, педагог	Участники (учащиеся, родители, педагоги)
1.	Участие в мероприятии, посвященном Дню Знаний	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
2.	Беседа с учащимися об истории ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
3.	Беседы о ПДД, безопасном маршруте в ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
4.	Участие во Всероссийской акции «Вместе ярче», посвященной вопросам энергосбережения и энергоэффективности	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
5.	Беседы по правовым вопросам государственного устройства РФ	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
6.	Беседы о правах человека	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
7.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Учителя	Сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
8.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	октябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
9.	Игры, тренинги по формированию навыков работы в команде	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
10.	Беседы по профилактике терроризма, фанатизма, межнациональной розни и других негативных социальных явлениях	октябрь 2021, март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
11.	Беседы о толерантности, миролюбии, социальном партнерстве.	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
12.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню народного единства	ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
13.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Матери	Ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
14.	Игровая программа «Климат перемен»	ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	

15.	Беседы по мерам профилактики ОРВИ, COVID-19	декабрь 2021 апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
16.	Посещение музеев театров (возможен виртуальный формат)	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
17.	Участие в мероприятиях, посвященных празднованию Нового года и Рождества	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
18.	Беседы с учащимися о безопасном поведении в общественных местах города.	январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
19.	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни, здоровом питании	январь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
20.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню снятия Блокады Ленинграда	январь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
21.	Участие в мероприятии «День Воинской Славы. Сталинградская битва»	Февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
22.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Защитника Отечества	февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
23.	Участие в мероприятиях, посвященных Международному женскому Дню	март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
24.	Беседы о народных традициях (Масленица)	март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
25.	Беседы о безопасном поведении на льду	ноябрь 2021, март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
26.	Молодежная просветительская акция «Круги по воде»	22.03.2022- 30.03.2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
27.	Участие в мероприятии «День работника культуры»	Март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
28.	Экскурсионная программа, посвященная Дню Земли	апрель-май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
29.	Участие в мероприятиях,	Апрель 2022	ГБНОУ	

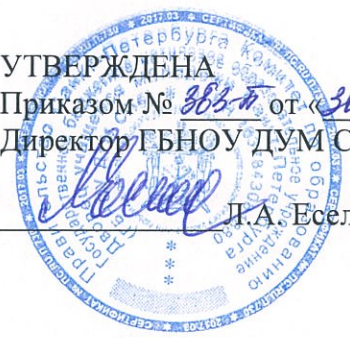
	посвященных Всемирному дню здоровья		ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
30.	Участие в мероприятиях, посвященных дню Космонавтики	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
31.	Участие в мероприятии Дня солидарности молодежи	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
32.	Участие в мероприятии Всемирного дня Охраны труда	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
33.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Победы	май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
34.	Городская добровольческая акция «Нам не все равно», посвященная Всемирному дню памяти людей, умерших от СПИДа	15.05.2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
35.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню города	май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
36.	Участие в фестивалях, концертах, конкурсах, соревнованиях	2021-2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 383.н от «30» 08 2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб


Д.А. Еселева



**Рабочая программа
«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»**

**Возраст учащихся: 14-22 года
Срок реализации: 1 год**

**Разработчики:
педагоги дополнительного образования
Варзугина Татьяна Леонидовна,**

Пояснительная записка

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа разработана с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжения Комитета по образованию Санкт-Петербурга «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию» от 01.03.2017 № 617-р;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- Постановления Министерства юстиции Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Стандартом безопасной деятельности образовательной организации, реализующей дополнительные общеобразовательные, общеразвивающие программы, в том числе санитарно-гигиенической безопасности в целях противодействия распространения в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19) для учреждений дополнительного образования, находящихся в ведении комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга за исключением образовательных организаций, реализующих образовательные программы основного образования;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среди обитания»;
- Устава государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга;
- лицензии ГБНОУ ДУМ СПб на образовательную деятельность и др. локальных актов учреждения;
- Программой воспитания ГБНОУ ДУМ СПб до 2024 года.

Форматы, формы, содержание и методы программы могут корректироваться в соответствии с Распоряжениями Комитета по образованию, устанавливающими порядок безопасной деятельности образовательной организации.

Содержание базовых тем

8. Вводное занятие. Техника безопасности

Теория

Развитие и возникновение баскетбола

Основы тактики и техники игры

9. Основы баскетбола.

Практика.

Перемещение по площадке без мяча (с изменением направления, скорости)

Перемещение по площадке с мячом

Передачи мяча на месте и в движении

Броски в кольцо с места и в движении

Взаимодействия игроков в защите и в нападении

10. Основы физической подготовки

Теория

Понятия «Здоровый образ жизни», «закаливание», «общефизическая подготовка».

Практика

Комплексы упражнений для развития двигательных качеств (с предметами и без)

11. Специальная физическая подготовка

Теория

Развитие специфических для баскетбола двигательных качеств (быстроты, ловкости, точности движений, координации).

Практика

Развитие специфических двигательных качеств (координации, быстроты, скорости, ловкости, точности движений)

12. Техничко-тактическая подготовка

Теория

Виды и способы тактики игры

Виды передвижений, ведения мяча и бросков по кольцу (просмотр презентаций)

Практика

Тренировка различных видов перемещения по площадке, передач мяча, бросков по кольцу

13. Практика игры в баскетбол

Теория

История выступления ведущих команд в баскетболе на последних Олимпийских играх и мировых чемпионатах

Практика

Участие в соревнованиях по баскетболу и стритболу в рамках районных и городских соревнований

14. Итоговое занятие

Товарищеский матч на первенство учебных групп.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(Варзугина Т.Л.)

№/п	Раздел, тема	Кол-во часов	Группа №1	
			Планируемая дата	Фактическая дата
1.	Инструктаж по технике безопасности.	3	02.09.2021	
2.	Рассказ о баскетболе, спортивных достижениях. Инструктаж. Беговые и прыжковые упражнения.	3	06.09.2021	
3.	Правила игры, показ ведения мяча, , остановки с мячом и без мяча, игровые упражнения.	3	09.09.2021	
4.	Беговые упражнения, упражнения с мячом. Обучение броскам по кольцу, отбору мяча. Игра.	3	13.09.2021	
5.	Беговые упражнения, упражнения с мячом. Обучение ударам по кольцу, отбору мяча. Игра.	3	16.09.2021	
6.	Упражнения скоростно-силовой направленности, беговые и прыжковые упражнения; ведение мяча, работа в парах, отбор мяча.	3	20.09.2021	
7.	Обучение правильному ведению мяча, работа в парах, передачи на месте. Броски в кольцо с места. Игра.	3	23.09.2021	
8.	Индивидуальные тактические действия. Позиции игроков, индивидуальная защита. Учебная игра	3	27.09.2021	
9.	Отработка ударов. Ведение мяча. Удары с разных позиций. Отбор мяча. Учебная игра.	3	30.09.2021	
10.	Тактический разбор игровых моментов. Отработка бросков в движении. Подвижные игры, эстафеты Учебная игра.	3	04.10.2021	
11.	ОФП, беговые упражнения. Повторный и переменный бег. Работа в парах. Учебная игра.	3	07.10.2021	
12.	ОФП. Беговые и прыжковые упражнения. Прыжки в длину с места. Эстафеты.	3	11.10.2021	
13.	Наглядный показ владения мячом тренером или учащимися, имеющих опыт игры на более высоком уровне. Мастер-класс.	3	14.10.2021	
14.	Повторение всех упражнений	3	18.10.2021	

	учащимися с использованием необходимого инвентаря.			
15.	Проведение эстафет с мячами разного веса, упражнения с набивными и наливными мячами. Подвижные игры.	3	21.10.2021	
16.	Проведение эстафет с элементами специфических упражнений, возможность усовершенствования упражнений под конкретного учащегося.	3	25.10.2021	
17.	Выполнение беговых упражнений скоростной направленности. Повторный бег с изменением направления движения. Учебная игра.	3	28.10.2021	
18.	Выполнение беговых упражнений скоростной направленности. Обучение ведению мяча с изменением направления.	3	01.11.2021	
19.	Объяснение значимости специальных упражнений, их направленности. Обучение ведению мяча с изменением высоты отскока «дриблинг». Учебная игра.	3	08.11.2021	
20.	ОФП – упражнения для развития мышц плечевого пояса, составление индивидуального комплекса. Учебная игра.	3	11.11.2021	
21.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение различных эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	15.11.2021	
22.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение различных эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	18.11.2021	
23.	Повторение всех упражнений с использованием необходимого инвентаря, проведение круговых эстафет с элементами данных упражнений, игровые задания и старты по сигналу.	3	22.11.2021	
24.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Ведение мяча с изменением скорости и направления	3	25.11.2021	

	движения.			
25.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. ОРУ со скакалкой. Учебная игра.	3	29.11.2021	
26.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. ОРУ со скакалками различной длины – групповые прыжки через скакалку.	3	02.12.2021	
27.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Броски мяча в кольцо после передачи. Учебная игра.	3	06.12.2021	
28.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Броски мяча с места. Учебная игра.	3	09.12.2021	
29.	Выполнение прыжковых упражнений и упражнений скоростной направленности. Удары по мячу ногой, ведение мяча, остановка катящегося, летящего мяча.	3	13.12.2021	
30.	ОРУ с отягощением (бодибары) Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча. Учебная игра.	3	16.12.2021	
31.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча, тестирование.	3	20.12.2021	
32.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	23.12.2021	
33.	Инструктаж по технике безопасности. ОРУ для развития общей выносливости. Обучение индивидуальным действиям, направленным на отбор мяча.	3	27.12.2021	
34.	Тестовые упражнения для определения уровня усвоения технических приемов.	3	30.12.2021	
35.	Инструктаж по ТБ Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр видео материала.	3	10.01.2022	
36.	ОРУ для развития силы мышц ног. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой	3	13.01.2022	

	деятельности.			
37.	ОРУ для развития силы мышц ног. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	17.01.2022	
38.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	20.01.2022	
39.	ОРУ для развития скоростно-силовой выносливости . Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности. Учебная игра.	3	24.01.2022	
40.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	27.01.2022	
41.	ОРУ для развития силовой выносливости. Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	31.01.2022	
42.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	03.02.2022	
43.	Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности.	3	07.02.2022	
44.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	10.02.2022	
45.	ОРУ с отягощением (бодибары). Выполнение упражнений. Обучение новым техническим приемам в игровой деятельности. Учебная игра.	3	14.02.2022	
46.	Показ и устное объяснение правильности выполнения элементов и упражнений, просмотр иллюстраций и видео материала. Учебная игра.	3	17.02.2022	
47.	ОРУ с наливными мячами для развития силы. Выполнение технико-тактических упражнений. Внедрение технических элементов в игровой процесс.	3	21.02.2022	
48.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Игра в стритбол.	3	24.02.2022	

49.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Игра в стритбол.	3	28.02.2022	
50.	ОРУ с отягощением (гантели). Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Навыки судейства.	3	03.03.2022	
51.	ОРУ для развития координации. Техника и тактика игры в защите. Учебная игра.	3	07.03.2022	
52.	Игровая практика и совершенствование схем игры. Позиция игрока в команде, его личные действия, действия в совокупности с партнерами, оценка его планов и их усовершенствование.	3	10.03.2022	
53.	ОРУ для развития гибкости и подвижности суставов на матах. Тактика игры в нападении. Учебная игра.	3	14.03.2022	
54.	Проигрывание различных ситуаций в условиях лимита пространства и времени.	3	17.03.2022	
55.	Проигрывание различных ситуаций в условиях лимита пространства и времени.	3	21.03.2022	
56.	Выполнение технико-тактических упражнений. Внедрение технических элементов в игровой процесс. Совершенствование групповых действий в атаке.	3	24.03.2022	
57.	ОРУ для развития координации. Тактика игры в защите («заслон»). Учебная игра.	3	28.03.2022	
58.	Совершенствование «стандартных положений».	3	31.03.2022	
59.	Совершенствование «стандартных положений».	3	04.04.2022	
60.	Совершенствование «стандартных положений».	3	07.04.2022	
61.	ОРУ для развития скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	3	11.04.2022	
62.	ОРУ в движении для развития координации. Учебная игра.	3	14.04.2022	
63.	Проигрывание различных ситуаций на площадке в условиях лимита времени.	3	18.04.2022	
64.	Проигрывание различных ситуаций на площадке с ограничением пространства действий. Учебная игра.	3	21.04.2022	
65.	ОРУ для развития силы мышц плечевого пояса	3	25.04.2022	

	Учебная игра.			
66.	ОРУ в движении для развития скоростно-силовых качеств. Учебная игра.	3	28.04.2022	
67.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	02.05.2022	
68.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	05.05.2022	
69.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	12.05.2022	
70.	Совершенствование командных взаимодействий на площадке. Учебная игра.	3	16.05.2022	
71.	Моделирование различных ситуаций на поле. Навыки судейства.	3	19.05.2022	
72.	Итоговое занятие. Товарищеский матч на первенство учебных групп.	3	23.05.2022	
	Итого:		216	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.



УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 303-Д от 30.08 2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб
Д.А. Еселева

**Рабочая программа воспитания
объединения, реализующего
дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу
«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»
на 2021-2022 учебный год**

**Разработчики:
педагоги дополнительного образования
Варзугина Татьяна Леонидовна,**

2021 год

Введение

Рабочая программа воспитания объединения является составляющей частью Программы воспитания ГБНОУ Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга (Рабочей программы воспитания) на период до 2024 года, утвержденной Приказом от 04.06.2021 № 340-п «Об утверждении Программы воспитания ГБНОУ ДУМ СПб на период до 2024 года» (далее – Программа воспитания).

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга:

- в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ в соответствии с тематическим наполнением рабочих программ;
- в рамках реализации культурно-просветительских и образовательных проектов.

Основные цели и задачи Рабочей программы воспитания

- воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций;
- создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среды.

Для достижения поставленных целей будут решаться следующие задачи:

Гражданско-патриотическое воспитание:

- сформировать патриотические чувства и сознание учащихся на основе исторических ценностей и роли России в судьбах мира;
- способствовать процессу сохранения и развития чувства гордости за свою страну, город, образовательное учреждение, семью;
- способствовать процессу воспитания личности гражданина – патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов;
- воспитать любовь к родному городу, Родине, её истории, культуре, традициям;
- способствовать изучению истории своей семьи, образовательного учреждения, района, города, культуры народов мира, своей страны;
- способствовать развитию чувства ответственности и гордости за достижения страны;
- сформировать толерантность, чувство уважения к другим народам, их традициям.

Нравственное и духовное воспитание:

- сформировать у учащихся нравственную культуру миропонимания;
- способствовать формированию у учащихся осознанного отношения к нравственному опыту прошлого и будущего, своей роли в нем;
- воспитать доброе отношение к родителям, к окружающим людям, сверстникам;
- воспитать добросовестное отношение к своим обязанностям, к самому себе, к порученному делу.
- сформировать у учащихся представления об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Воспитательная среда:

- определить круг реальных учебных возможностей учащегося и зону его ближайшего развития;
- создать условия для продвижения учащихся в интеллектуальном развитии;
- сформировать интеллектуальную культуру учащихся, развивать их кругозор и любознательность.
- сформировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья, неприятия вредных и опасных для здоровья привычек;
- ознакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению физического и психического здоровья;
- способствовать формированию навыков грамотного поведения в условиях мегаполиса, соблюдения правил дорожного движения;
- сформировать у учащихся общеобразовательных учреждений представления о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство»;
- способствовать развитию опыта противостояния таким явлениям, как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений

- сформировать у учащихся правовую культуру, представления об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формировать электоральную культуру.
- сформировать у учащихся ценностные представления об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Экологическое воспитание:

- расширить знания по экологии, географии, истории;
- способствовать интеллектуальному и духовно-нравственному развитию учащихся;
- расширить знания об окружающем мире;
- развить творческую, познавательную и созидательную активность;
- укрепить здоровье, воспитать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;
- воспитать патриотизм посредством занятий по краеведению;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Планируемые результаты

- у учащихся сформируется представление о понятиях основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества;
- у учащихся сформируется понимание смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей;
- у учащихся сформируется представление об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства;
- учащиеся научатся мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни;
- сформируется представление о значимости физического и психического здоровья человека, понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; о правилах безопасного поведения учащихся на улице и дорогах.
- у учащихся сформируется представление о таких понятиях как «толерантность»,

- «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм»;
- создадутся условия для проявления учащимися в объединениях инициативы и самостоятельности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие интереса к внеурочной деятельности;
 - у учащихся сформируются представления о правовой культуре, представления об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры;
 - у учащихся сформируются представления о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.
 - у учащихся сформируются дополнительные навыки коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Особенности организации воспитательной деятельности в объединении

Воспитательная деятельность в объединении планируется и организуется в соответствии с модулями Программы воспитания и в соответствии с Календарным планом воспитательной работы ГБНОУ ДУМ СПб на учебный год.

Модули Рабочей программы воспитания

- духовно-нравственное воспитание;
- гражданско-патриотическое воспитание;
- воспитательный потенциал занятия;
- профессиональное самоопределение;
- добровольческая деятельность;
- экологическое воспитание;
- воспитательная среда;
- профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;
- работа с родителями.

При реализации рабочей программы воспитания объединения используются различные формы и технологии организации воспитательных мероприятий (в том числе дистанционные технологии); организуются и проводятся массовые мероприятия, обеспечивающие условия для совместной деятельности учащихся и родителей (законных представителей).

С целью оценки результативности выполнения поставленных задач и выявления основных проблем воспитания проводится самоанализ воспитательной работы объединения (не реже одного раза в полугодие) и предоставляется отчет по форме.

Календарный план воспитательной работы объединения «Общая физическая подготовка» на 2021-2022 учебный год

№ п/н	Название мероприятия, форма проведения	Сроки проведения	Место проведения, педагог	Участники (учащиеся, родители, педагоги)
37.	Беседа с учащимися об истории ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
38.	Беседы о ПДД, безопасном маршруте в ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2021, январь 2022,	ГБНОУ ДУМ СПб	

		апрель 2022		
39.	Участие во Всероссийской акции «Вместе ярче», посвященной вопросам энергосбережения и энергоэффективности	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
40.	Беседы по правовым вопросам государственного устройства РФ	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
41.	Беседы о правах человека	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
42.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Музыки	октябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
43.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	октябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
44.	Игры, тренинги по формированию навыков работы в команде	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
45.	Беседы по профилактике терроризма, фанатизма, межнациональной розни и других негативных социальных явлениях	октябрь 2021, март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
46.	Беседы о толерантности, миролюбии, социальном партнерстве.	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
47.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню народного единства	ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
48.	Беседа с учащимися о вкладе М.В. Ломоносова в науку и культуру России, приуроченная ко Дню рождения ученого	Ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
49.	Игровая программа «Климат перемен»	ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
50.	Беседы по мерам профилактики ОРВИ, COVID-19	декабрь 2021 апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
51.	Посещение музеев театров (возможен виртуальный формат)	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
52.	Участие в мероприятиях, посвященных празднованию Нового года и Рождества	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	

53.	Городская акция, посвященная празднованию Дня добровольца	Декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
54.	Беседы с учащимися о безопасном поведении в общественных местах города.	январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
55.	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни, здоровом питании	январь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
56.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню снятия Блокады Ленинграда	январь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
57.	Участие в мероприятии «День Воинской Славы. Сталинградская битва»	Февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
58.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Защитника Отечества	февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
59.	Беседы о народных традициях (Масленица)	март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
60.	Беседы о безопасном поведении на льду	ноябрь 2021, март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
61.	Молодежная просветительская акция «Круги по воде»	22.03.2022- 30.03.2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
62.	Экскурсионная программа, посвященная Дню Земли	апрель-май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
63.	День единения народов Белоруссии и России	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
64.	Участие в мероприятиях, посвященных Всемирному дню здоровья	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
65.	Участие в мероприятиях, посвященных дню Космонавтики	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных	

			партнеров	
66.	Участие в мероприятии Дня солидарности молодежи	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
67.	Участие в мероприятии Всемирного дня Охраны труда	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
68.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Победы	май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
69.	Церемония возложения цветов, посвященная празднованию Дня Победы советского народа в Великой Отечественной войне	09.05.2022		
70.	Городская добровольческая акция «Нам не все равно», посвященная Всемирному дню памяти людей, умерших от СПИДа	15.05.2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
71.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню города	май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
72.	Участие в Международной акции «Чистый берег», посвященной улучшению экологической обстановки побережья Финского залива	май-сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
73.	Участие в мероприятиях, приуроченных к празднованию 350-летия Петра Великого	май-июнь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
74.	Участие в фестивалях, концертах, конкурсах, соревнованиях	2021-2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	

Оценочные и методические материалы

Способы проверки результативности: педагогические наблюдения, участие в турнирах, товарищеские игры, сдача нормативов и контрольные занятия.

Методическое обеспечение программы

Форма занятия включает в себя физические упражнения (разминка, специальные упражнения, игровые моменты, игру), а также беседы и просмотры игр. В программе освоения практических спортивных навыков предусматривается использование спортивных игр: мини-футбол; баскетбол. Занятия по данной программе групповые, могут проходить в форме выездных соревнований, товарищеских матчей, согласно учебному плану работы, плану работы ГБНОУ Дворца учащейся молодежи, мероприятий, организованных комитетом по образованию Санкт-Петербурга и социальными партнерами учреждения.

Приемы и методы обучения.

Во время проведения занятий используются **методы:**

Словесный - объяснение стратегии игры и около игровых моментов, подготовка к играм в плане психологического и морального настроя, беседы по поведению на поле и с судьями, соперником, партнерами, рассказ о тактике игры и построение словесных схем игры, разъяснение игроку его личных действий, действий в совокупности с партнерами, оценка его планов и их усовершенствование.

Наглядный - просмотр игр и анализ их в процессе просмотра, занятия по тактике ведения игры, взаимоотношений игрока с партнерами на поле.

Практический - разработка комбинаций и схем игры, а также возможные замены и заготовки на игру.

В ходе проведения занятий педагог использует следующие **приемы** организации образовательного процесса:

Фронтальный - все выполняют упражнения по передаче спортивных снарядов.

Групповой - упражнения на дриблинг, передачу, подбор и перехват.

Поточный - упражнения на передачу.

Индивидуальный - комплексное прохождение всех элементов в порядке (дриблинг, передача, подбор, перехват, блок-шот, бросок по кольцу), все по очереди, остальные наблюдают.

Методическое обеспечение

№ п/п	Название темы (базовые разделы)	Форма проведения занятий	Методы и приемы проведения занятий	Дидактические материалы, техническая оснащенность	Форма подведения итогов
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	Организация деятельности – групповая. Беседа. Объяснение. Инструктаж по ТБ	Словесный, наглядный, практический.	Инструкция по технике безопасности. Наглядный материал	Диагностика начальных знаний, умений, навыков. Устный опрос
3.	Основы физической подготовки	Организация деятельности – индивидуально-групповая. Объяснение. Показ упражнений педагогом.	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Оценка выполнения заданий учащимися
4.	Специальная физическая подготовка	Организация деятельности – индивидуально-групповая. Объяснение. Показ упражнений педагогом. Практические задания.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Спортивный инвентарь	Игра-испытание
5.	Технические элементы в игровом процессе	Организация деятельности – индивидуально-групповая.	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Самоанализ. Оценка выполнения заданий учащимися

Список литературы

1. Ю.М. Портнов, В.Г. Башкирова. Баскетбол. Примерная программа спортивной подготовки для дюшш, сдюшор, «Советский спорт» Москва, 2004
2. Д.И. Нестеровский. Теория и методика обучения «Академия» Москва, 2008
3. В.П. Губа, С.Г. Фомин, С.В. Чернов. Особенности отбора в баскетболе «Физкультура и спорт» Москва, 2006
4. В.В. Кузин, С.А. Полиевский. Баскетбол. Начальный этап обучения (2 экз.) «Физкультура и спорт» Москва, 1999
6. А.Я. Гомельский. Секреты мастера (1000 баскетбольных упражнений) «Гранд» Москва, 1997
7. В.И.Сысоев и др. Особенности специальной физической подготовки квалифицированных спортсменов (методические рекомендации) Сургут, 2000
8. М.Давыдов Официальные правила игры в баскетбол «Профиздат» Москва, 1991