

Общество с ограниченной ответственностью
Школа эффективного мышления «ОСНОВА»
(ООО Школа эффективного мышления «ОСНОВА»)

УТВЕРЖДЕНО

Приказом генерального директора
ООО Школа эффективного мышления
«ОСНОВА»
от «24» августа 2026 г. № О/ОД/26-5
Т.С. Антропова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного модуля

«Ритм движения. Здоровое тело»

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«ОСНОВА. Мастерская эффективного мышления»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 10,5 – 16 лет (I–V годы обучения)

Срок реализации модуля: 5 лет; объём модуля: 340 академических часов

г. Нефтеюганск,
Ханты-Мансийский автономный округ — Югра
2026 г.

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативно-правовое основание

Рабочая программа учебного модуля **«Ритм движения. Здоровое тело»** (далее — Программа, модуль) является составной частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы **«ОСНОВА. Мастерская эффективного мышления»** (далее — ДООП) и определяет содержание, организацию, планируемые результаты и условия реализации образовательной деятельности по развитию двигательной культуры, физических качеств и устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Общество с ограниченной ответственностью Школа эффективного мышления «ОСНОВА» (далее — Организация) осуществляет образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам на основании лицензии. Модуль реализуется в рамках дополнительного образования и не является реализацией основных общеобразовательных программ основного общего и среднего общего образования: получение общего образования обеспечивается семьёй вне Организации и не является предметом настоящей Программы. Организация не проводит промежуточную и государственную итоговую аттестацию по общеобразовательным предметам и не выдаёт документы об общем образовании.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами (в редакциях, действующих на момент утверждения):

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (действует до 28.02.2029);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р, в действующей редакции);

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта „Педагог дополнительного образования детей и взрослых“»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (с 01.09.2026 — СП 2.4.2.4283-26);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- методические рекомендации Министерства просвещения Российской Федерации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (в действующей редакции);
- Устав Организации; локальные нормативные акты Организации в сфере дополнительного образования;
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОСНОВА. Мастерская эффективного мышления».

1.2. Направленность, характеристика и место модуля в ДООП

Модуль относится к физкультурно-спортивной направленности; уровень освоения — базовый (с углублением по отдельным разделам). Содержание модуля направлено на развитие двигательной культуры, физических качеств и устойчивой мотивации к здоровому образу жизни через тематические спортивные погружения. Модуль реализуется в объёме 340 академических часов (68 / 68 / 68 / 68 / 68 часов по годам обучения) и является одним из семнадцати модулей ДООП «ОСНОВА. Мастерская эффективного мышления».

Модуль реализуется в форме тематических спортивных погружений: лыжная неделя, олимпийская неделя, спортивные праздники. Практические разделы (лёгкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, спортивные игры, подготовка к сдаче нормативов ГТО) реализуются на всех годах обучения с нарастанием нагрузки. Модуль интегрирован с другими модулями Программы и обеспечивает межмодульную интеграцию, формирование целостной образовательной картины мира и здоровьесбережение.

1.3. Актуальность, педагогическая целесообразность и новизна

Двигательная культура и физическое развитие составляют основу здоровья и активной жизненной позиции обучающегося. Систематические занятия физической культурой способствуют развитию физических качеств,

формированию устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, воспитанию характера и ценностного отношения к своему здоровью.

Педагогическая целесообразность модуля определяется применением формы тематических спортивных погружений, хоровых построений и разновозрастной ученической кафедры, что обеспечивает эмоциональную вовлечённость, дисциплину и включённость обучающихся разных лет обучения во взаимодействие. Новизна модуля состоит в организации тематических спортивных погружений (лыжная неделя, олимпийская неделя, спортивные праздники), знакомстве с комплексом ГТО, воспитании характера (хорда «Характер») и формировании среды взаимной заботы и поддержки (хорда «Среда взаимной заботы»).

1.4. Адресат программы

Программа адресована обучающимся в возрасте 10,5 – 16 лет (I–V годы обучения). Комплектование учебных групп осуществляется без конкурсного отбора; наполняемость учебной группы устанавливается локальным актом Организации в пределах, допускаемых санитарными требованиями и лицензионными условиями. При реализации отдельных разделов организуется разновозрастная работа обучающихся разных лет обучения (ученическая кафедра). При разработке содержания учитываются возрастные и индивидуальные особенности подростка: развивающееся понятийное и критическое мышление, потребность в самоопределении, готовность к проектной и исследовательской деятельности.

1.5. Элементы Матрицы образования и специальные хорды, реализуемые в модуле

Модуль реализуется в соответствии с концептуальными положениями Матрицы образования Организации. В соответствии с ДООП «ОСНОВА. Мастерская эффективного мышления» в модуле реализуются следующие элементы Матрицы образования и специальные хорды.

Элементы Матрицы образования:

Элемент Матрицы	Реализация в модуле
Активная жизненная позиция	Активное участие в физкультурно-спортивной деятельности, играх, соревнованиях, подготовке к сдаче нормативов ГТО.
Ценности	Формирование ценностного отношения к здоровью, здоровому образу жизни и самоконтролю.
Культурно-исторические коды	Освоение истории и ценностей олимпийского движения, традиций отечественного спорта.

Специальные хорды:

Специальная хорда	Реализация в модуле
«Характер»	Воспитание воли, настойчивости, дисциплины и целеустремлённости при преодолении физических нагрузок и сдаче нормативов (сквозная).
«Среда взаимной заботы»	Формирование культуры страховки, взаимопомощи и поддержки на занятиях, командного взаимодействия (сквозная).
«Взаимообучение»	Разновозрастная ученическая кафедра: старшие обучающиеся ведут фрагменты занятий для младших под руководством педагога (сквозная).

1.6. Маркер методической системы погружения в модуль

Инструментальной основой модуля выступает методическая система погружения (тематическое погружение). Её базовые приёмы включаются в организацию образовательной деятельности:

- тематические спортивные погружения: лыжная неделя, олимпийская неделя, спортивные праздники;
- хоровые построения как форма организации и дисциплины;
- подготовка к сдаче нормативов комплекса ГТО;
- лыжная подготовка с учётом климатических особенностей ХМАО — Югры;
- разновозрастная ученическая кафедра: старшие обучающиеся ведут фрагменты занятий для младших под руководством педагога;
- формирование среды взаимной заботы, страховки и взаимопомощи на занятиях;
- строгое соблюдение правил безопасности и требований к физической нагрузке с учётом состояния здоровья обучающихся.

Указанные приёмы применяются педагогом в пределах его академических прав и свобод, предусмотренных Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ

(в том числе свободы преподавания и права на творческую инициативу), с учётом содержания конкретного занятия, возраста обучающихся и требований законодательства Российской Федерации, и не означают реализации самостоятельной образовательной программы или использования исключительных методических материалов без соблюдения требований законодательства.

1.7. Форма обучения, объём, срок освоения и режим занятий

Форма обучения — очная; форма организации занятий — групповая, с элементами разновозрастной ученической кафедры; язык обучения — русский. Объём модуля — 340 академических часов, срок реализации — 5 лет обучения (по 68 часов в год, 2 часа в неделю при 34 учебных неделях). Отдельные занятия (практические разделы, спортивные погружения, сдача нормативов) проводятся спаренно и обозначены в календарно-тематическом планировании диапазоном номеров. Занятия проводятся с учётом состояния здоровья обучающихся и медицинских групп для занятий физической культурой.

Продолжительность одного академического часа — 40 минут (в соответствии с СанПиН 1.2.3685-21). Отдельные занятия в рамках тематических погружений проводятся спаренно и обозначены в календарно-тематическом планировании диапазоном номеров. Внутри каждого занятия проводится обязательная динамическая пауза. Режим занятий соответствует утверждённой ДООП, учебному плану и календарному учебному графику Организации; проверка суммарной недельной нагрузки осуществляется по всем модулям ДООП в совокупности.

1.8. Цель и задачи модуля

Цель модуля: развитие двигательной культуры, физических качеств и устойчивой мотивации к здоровому образу жизни средствами тематических спортивных погружений, а также сквозных линий Матрицы образования и специальных хорд Организации.

Обучающие задачи:

- обеспечить освоение практических разделов физической культуры (лёгкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, спортивные игры);
- сформировать двигательные умения и навыки, развить физические качества (силу, быстроту, выносливость, гибкость, координацию);
- познакомить с содержанием комплекса ГТО и подготовить к сдаче нормативов;

- сформировать знания об основах здорового образа жизни, истории и ценностях олимпийского движения;
- сформировать навыки самоконтроля и профилактики травматизма при занятиях физической культурой.

Развивающие задачи:

- развивать физические качества и двигательную культуру;
- развивать волю, настойчивость и способность к преодолению трудностей (хорда «Характер»);
- развивать способность работать в команде, оказывать страховку и взаимопомощь (хорда «Среда взаимной заботы»);
- развивать навыки самоконтроля и саморегуляции при физических нагрузках;
- развивать устойчивую мотивацию к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Воспитательные задачи:

- формировать ценностное отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- формировать качества характера: волю, настойчивость, дисциплину, целеустремлённость (хорда «Характер»);
- формировать культуру взаимопомощи, страховки и поддержки на занятиях (хорда «Среда взаимной заботы»);
- формировать коммуникативную компетентность и командное взаимодействие со сверстниками, обучающимися старшего и младшего возраста и взрослыми;
- формировать уважение к олимпийским ценностям и традициям отечественного спорта (Указ Президента Российской Федерации № 809).

1.9. Планируемые результаты освоения модуля

Освоение модуля обеспечивает достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты.

По завершении освоения модуля обучающийся: проявляет устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой; демонстрирует готовность к саморазвитию и самоконтролю; проявляет ценностное отношение к своему здоровью и олимпийским ценностям; демонстрирует качества характера (волю, настойчивость, дисциплину); демонстрирует культуру взаимопомощи и командного взаимодействия со сверстниками, обучающимися старшего и младшего возраста и взрослыми.

Метапредметные результаты.

Познавательные: осознаёт связь физической активности и здоровья; знает основы здорового образа жизни, историю и ценности олимпийского движения, содержание комплекса ГТО; ведёт самоконтроль при занятиях физической культурой.

Регулятивные: самостоятельно определяет цели обучения, ставит и формулирует учебные задачи; планирует деятельность в формате тематического погружения; осуществляет самоконтроль; оценивает и корректирует результат; работает в условиях высокого темпа.

Коммуникативные: участвует в разновозрастной ученической кафедре; ведёт фрагменты занятий для младших обучающихся под руководством педагога; аргументирует позицию; работает в команде; публично представляет результаты проектной деятельности.

Предметные результаты по годам обучения.

I год обучения. Осваивает основы здорового образа жизни, лёгкую атлетику, гимнастику, лыжную подготовку, спортивные игры; знакомится с комплексом ГТО; развивает базовые физические качества.

II год обучения. Осваивает основы развития физических качеств и общую физическую подготовку; совершенствует технику в лёгкой атлетике, гимнастике, лыжной подготовке, спортивных играх; выполняет нормативы ГТО.

III год обучения. Осваивает историю и ценности олимпийского движения (олимпийская неделя); совершенствует технику в практических разделах; выполняет нормативы ГТО.

IV год обучения. Осваивает специальную физическую подготовку; совершенствует технику в практических разделах; выполняет нормативы ГТО.

V год обучения. Осваивает основы здорового образа жизни и самоконтроля; совершенствует технику в практических разделах; выполняет итоговую сдачу нормативов ГТО.

2. Содержание модуля

Содержание модуля реализуется последовательно в течение пяти лет обучения в форме тематических спортивных погружений с нарастанием физической нагрузки. Практические разделы (лёгкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, спортивные игры, нормативы ГТО) реализуются на всех годах обучения. Ниже приведены разделы-погружения по годам обучения; поурочное распределение представлено в календарно-тематическом планировании (раздел 3).

2.1. Содержание первого года обучения (68 часов)

Погружение 1. Здоровье и физическая культура. Основы ЗОЖ (12 часов)

Здоровье и физическая культура, основы здорового образа жизни, режим дня и двигательная активность, правила безопасности, хоровые построения. Концепт-схема модуля.

Погружение 2. Лёгкая атлетика (12 часов)

Бег на короткие дистанции, прыжки в длину, метание, бег на выносливость.

Погружение 3. Гимнастика (12 часов)

Строевые упражнения, акробатические упражнения, упражнения на снарядах, развитие гибкости и координации.

Погружение 4. Лыжная подготовка (лыжная неделя) (12 часов)

Техника передвижения на лыжах, лыжные ходы, спуски и подъёмы, лыжная неделя.

Погружение 5. Спортивные игры (14 часов)

Подвижные игры, элементы баскетбола и волейбола, игровая практика.

Введение в комплекс ГТО (6 часов)

Знакомство с комплексом ГТО, подготовка и пробное выполнение нормативов.

2.2. Содержание второго года обучения (68 часов)

Погружение 1. Физические качества. Общая физическая подготовка (14 часов)

Развитие силы, быстроты, выносливости, общая физическая подготовка. Концепт-схема раздела.

Погружение 2. Лёгкая атлетика (12 часов)

Совершенствование техники бега, прыжков, метания, развитие выносливости.

Погружение 3. Гимнастика (12 часов)

Строевые и акробатические упражнения, упражнения на снарядах, гибкость и координация.

Погружение 4. Лыжная подготовка (12 часов)

Совершенствование техники передвижения на лыжах, лыжные ходы, спуски и подъёмы.

Погружение 5. Спортивные игры (12 часов)

Подвижные игры, элементы баскетбола и волейбола, игровая практика.

Нормативы ГТО (6 часов)

Подготовка к сдаче и сдача нормативов комплекса ГТО.

2.3. Содержание третьего года обучения (68 часов)

Погружение 1. Основы истории и ценностей олимпийского движения (олимпийская неделя, 14 часов)

История и ценности олимпийского движения, олимпийские виды спорта, олимпийская неделя. Концепт-схема раздела.

Погружение 2. Лёгкая атлетика (12 часов)

Совершенствование техники в лёгкой атлетике.

Погружение 3. Гимнастика (12 часов)

Совершенствование гимнастических упражнений.

Погружение 4. Лыжная подготовка (12 часов)

Совершенствование лыжной подготовки.

Погружение 5. Спортивные игры (12 часов)

Спортивные игры и игровая практика.

Нормативы ГТО (6 часов)

Подготовка к сдаче и сдача нормативов комплекса ГТО.

2.4. Содержание четвёртого года обучения (68 часов)

Погружение 1. Специальная физическая подготовка (14 часов)

Развитие координационных и скоростно-силовых качеств, специальные упражнения, круговая тренировка. Концепт-схема раздела.

Погружение 2. Лёгкая атлетика (12 часов)

Совершенствование техники в лёгкой атлетике.

Погружение 3. Гимнастика (12 часов)

Совершенствование гимнастических упражнений.

Погружение 4. Лыжная подготовка (12 часов)

Совершенствование лыжной подготовки.

Погружение 5. Спортивные игры (12 часов)

Спортивные игры и игровая практика.

Нормативы ГТО (6 часов)

Подготовка к сдаче и сдача нормативов комплекса ГТО.

2.5. Содержание пятого года обучения (68 часов)

Погружение 1. Здоровый образ жизни. Самоконтроль (12 часов)

Самоконтроль при занятиях физической культурой, профилактика травматизма, мотивация к здоровому образу жизни. Концепт-схема раздела.

Погружение 2. Лёгкая атлетика (12 часов)

Совершенствование техники в лёгкой атлетике.

Погружение 3. Гимнастика (12 часов)

Совершенствование гимнастических упражнений.

Погружение 4. Лыжная подготовка (12 часов)

Совершенствование лыжной подготовки.

Погружение 5. Спортивные игры (14 часов)

Спортивные игры и игровая практика.

Итоговая сдача нормативов ГТО (6 часов)

Итоговая подготовка и сдача нормативов комплекса ГТО.

3. Календарно-тематическое планирование

Условные обозначения граф таблицы: № — порядковый номер занятия; «Ч» — количество академических часов. Отдельные занятия в рамках тематических спортивных погружений проводятся спаренно и обозначены диапазоном номеров. Планирование составлено из расчёта 68 академических часов на каждый год обучения (2 часа в неделю, 34 учебные недели). Тематические спортивные погружения, хоровые построения и разновозрастная ученическая кафедра являются сквозными формами организации на всех годах обучения.

3.1. I год обучения (68 часов)

№	Тема занятия	Ч	Основные виды деятельност и	Планируемые результаты	Элементы Матрицы / хорды	Методологиче ский принцип	Формы контроля
Погружение 1. Здоровье и физическая культура. Основы ЗОЖ (12 часов)							
1– 2	Вводное занятие. Ритм движения. Концепт-схема модуля	2	Беседа, построение схемы	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт- схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
3– 4	Здоровье и физическая культура	2	Погружение	Осознаёт ценность здоровья, ведёт самоконтроль	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль
5– 6	Основы здорового образа жизни	2	Погружение	Осознаёт ценность здоровья, ведёт самоконтроль	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль
7– 8	Режим дня и двигательная активность	2	Погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль

9– 10	Правила безопасности на занятиях. Хоровые построения	2	Хоровые построения	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Хоровые построения	Текущий контроль
11 – 12	Ученическая кафедра: обсуждение	2	Обсуждение, взаимообучение	Участвует во взаимообучении и оценке	«Взаимообучение»	Ученическая кафедра	Взаимооценка
Погружение. Лёгкая атлетика (12 часов)							
13 – 14	Лёгкая атлетика: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
15 – 17	Бег на короткие дистанции	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
18 – 20	Прыжки в длину	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
21 – 22	Метание	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
23 – 24	Бег на выносливость	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	«Характер»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Гимнастика (12 часов)							
25 – 26	Гимнастика: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль

27 – 28	Строевые упражнения. Хоровые построения	2	Хоровые построения	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Хоровые построения	Текущий контроль
29 – 31	Акробатические упражнения	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
32 – 34	Упражнения на снарядах	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
35 – 36	Развитие гибкости и координации	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Лыжная подготовка (12 часов)							
37 – 38	Лыжная подготовка: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
39 – 41	Техника передвижения на лыжах	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
42 – 44	Лыжные ходы	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
45 – 46	Спуски и подъёмы	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль

47 – 48	Лыжная неделя: практика	2	Спортивное погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Спортивное погружение	Текущий контроль
Погружение. Спортивные игры (14 часов)							
49 – 50	Спортивные игры: введение. Концепт- схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт- схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
51 – 53	Подвижные игры	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
54 – 56	Элементы баскетбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
57 – 59	Элементы волейбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
60 – 62	Игровая практика	3	Практика, взаимопомо щь	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Введение в комплекс ГТО (6 часов)							
63 – 64	Комплекс ГТО: знакомство	2	Подготовка	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт- схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
65 – 66	Подготовка к сдаче нормативов	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов

67 – 68	Сдача нормативов	2	Контроль нормативов	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
---------------	------------------	---	---------------------	---	------------	---------------------	------------------

3.2. II год обучения (68 часов)

№	Тема занятия	Ч	Основны е виды деятельн ости	Планируемые результаты	Элементы Матрицы / хорды	Методологиче ский принцип	Формы контроля
Погружение 1. Физические качества. Общая физическая подготовка (14 часов)							
1–2	Физические качества. Концепт-схема	2	Беседа, построение схем	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
3–5	Развитие силы	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
6–8	Развитие быстроты	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
9–10	Развитие выносливости	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	«Характер»	Тематическое погружение	Текущий контроль
11–12	Общая физическая подготовка	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
13–14	Ученическая кафедра: обсуждение	2	Обсуждение,	Участвует во взаимобучении и оценке	«Взаимобучение»	Ученическая кафедра	Взаимооценка

			взаимооб учение				
Погружение. Лёгкая атлетика (12 часов)							
15– 16	Лёгкая атлетика: введение. Концепт- схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт- схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
17– 19	Бег на короткие дистанции	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
20– 22	Прыжки в длину	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
23– 24	Метание	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
25– 26	Бег на выносливость	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	«Характер»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Гимнастика (12 часов)							
27– 28	Гимнастика: введение. Концепт- схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт- схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
29– 30	Строевые упражнения. Хоровые построения	2	Хоровые построен ия	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Хоровые построения	Текущий контроль

31–33	Акробатические упражнения	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
34–36	Упражнения на снарядах	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
37–38	Развитие гибкости и координации	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Лыжная подготовка (12 часов)							
39–40	Лыжная подготовка: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
41–43	Техника передвижения на лыжах	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
44–46	Лыжные ходы	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
47–48	Спуски и подъёмы	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
49–50	Лыжная неделя: практика	2	Спортивное погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Спортивное погружение	Текущий контроль

Погружение. Спортивные игры (12 часов)							
51–52	Спортивные игры: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
53–55	Подвижные игры	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
56–58	Элементы баскетбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
59–60	Элементы волейбола	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
61–62	Игровая практика	2	Практика, взаимопомощь	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Нормативы ГТО (6 часов)							
63–64	Нормативы ГТО: подготовка	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
65–66	Подготовка к сдаче нормативов	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
67–68	Сдача нормативов	2	Контроль нормативов	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов

3.3. III год обучения (68 часов)

[illegible]

Погружение. Лёгкая атлетика (12 часов)							
15 – 16	Лёгкая атлетика: введение. Концепт- схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
17 – 19	Бег на короткие дистанции	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
20 – 22	Прыжки в длину	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
23 – 24	Метание	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
25 – 26	Бег на выносливость	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	«Характер»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Гимнастика (12 часов)							
27 – 28	Гимнастика: введение. Концепт- схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
29 – 30	Строевые упражнения. Хоровые построения	2	Хоровые построения	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Хоровые построения	Текущий контроль
31 – 33	Акробатические упражнения	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль

34 – 36	Упражнения на снарядах	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
37 – 38	Развитие гибкости и координации	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Лыжная подготовка (12 часов)							
39 – 40	Лыжная подготовка: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
41 – 43	Техника передвижения на лыжах	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
44 – 46	Лыжные ходы	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
47 – 48	Спуски и подъёмы	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
49 – 50	Лыжная неделя: практика	2	Спортивное погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Спортивное погружение	Текущий контроль
Погружение. Спортивные игры (12 часов)							
51 – 52	Спортивные игры: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль

53 – 55	Подвижные игры	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
56 – 58	Элементы баскетбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
59 – 60	Элементы волейбола	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
61 – 62	Игровая практика	2	Практика, взаимопомощь	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Нормативы ГТО (6 часов)							
63 – 64	Нормативы ГТО: подготовка	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
65 – 66	Подготовка к сдаче нормативов	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
67 – 68	Сдача нормативов	2	Контроль нормативов	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов

3.4. IV год обучения (68 часов)

№	Тема занятия	Ч	Основные виды деятельности	Планируемые результаты	Элементы Матрицы / хорды	Методологич еский принцип	Формы контроля
Погружение 1. Специальная физическая подготовка (14 часов)							
1–2	Специальная физическая подготовка. Концепт-схема	2	Беседа, построение схемы	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
3–5	Развитие координационных способностей	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
6–8	Развитие скоростно-силовых качеств	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
9–10	Специальные упражнения	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
11–12	Круговая тренировка	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
13–14	Ученическая кафедра: обсуждение	2	Обсуждение, взаимообучение	Участвует во взаимобучении и оценке	«Взаимообучение»	Ученическая кафедра	Взаимооценка
Погружение. Лёгкая атлетика (12 часов)							
15–16	Лёгкая атлетика: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела;	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль

				работает с концепт-схемой			
17–19	Бег на короткие дистанции	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
20–22	Прыжки в длину	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
23–24	Метание	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
25–26	Бег на выносливость	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	«Характер»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Гимнастика (12 часов)							
27–28	Гимнастика: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
29–30	Строевые упражнения. Хоровые построения	2	Хоровые построения	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Хоровые построения	Текущий контроль
31–33	Акробатические упражнения	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль

34–36	Упражнения на снарядах	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
37–38	Развитие гибкости и координации	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Лыжная подготовка (12 часов)							
39–40	Лыжная подготовка: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
41–43	Техника передвижения на лыжах	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
44–46	Лыжные ходы	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
47–48	Спуски и подъёмы	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
49–50	Лыжная неделя: практика	2	Спортивное погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Спортивное погружение	Текущий контроль
Погружение. Спортивные игры (12 часов)							
51–52	Спортивные игры: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль

53–55	Подвижные игры	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
56–58	Элементы баскетбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
59–60	Элементы волейбола	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
61–62	Игровая практика	2	Практика, взаимопомощь	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Нормативы ГТО (6 часов)							
63–64	Нормативы ГТО: подготовка	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
65–66	Подготовка к сдаче нормативов	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
67–68	Сдача нормативов	2	Контроль нормативов	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов

3.5. V год обучения (68 часов)

№	Тема занятия	Ч	Основные виды деятельности	Планируемые результаты	Элементы Матрицы / хорды	Методологич еский принцип	Формы контроля
Погружение 1. Здоровый образ жизни. Самоконтроль (12 часов)							
1–2	Здоровый образ жизни. Концепт-схема	2	Беседа, построение схемы	Осознаёт ценность здоровья, ведёт самоконтроль	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль
3–5	Самоконтроль при занятиях физической культурой	3	Погружение	Осознаёт ценность здоровья, ведёт самоконтроль	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль
6–7	Профилактика травматизма	2	Погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль
8–10	Мотивация к здоровому образу жизни	3	Погружение	Осознаёт ценность здоровья, ведёт самоконтроль	Ценности	Тематическое погружение	Текущий контроль
11–12	Ученическая кафедра: обсуждение	2	Обсуждение, взаимообучение	Участвует во взаимообучении и оценке	«Взаимообучение»	Ученическая кафедра	Взаимооценка
Погружение. Лёгкая атлетика (12 часов)							
13–14	Лёгкая атлетика: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
15–17	Бег на короткие дистанции	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль

18–20	Прыжки в длину	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
21–22	Метание	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
23–24	Бег на выносливость	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	«Характер»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Гимнастика (12 часов)							
25–26	Гимнастика: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
27–28	Строевые упражнения. Хоровые построения	2	Хоровые построения	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Хоровые построения	Текущий контроль
29–31	Акробатические упражнения	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
32–34	Упражнения на снарядах	3	Практика, страховка	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
35–36	Развитие гибкости и координации	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль

Погружение. Лыжная подготовка (12 часов)							
37–38	Лыжная подготовка: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
39–41	Техника передвижения на лыжах	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
42–44	Лыжные ходы	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
45–46	Спуски и подъёмы	2	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
47–48	Лыжная неделя: практика	2	Спортивное погружение	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Спортивное погружение	Текущий контроль
Погружение. Спортивные игры (14 часов)							
49–50	Спортивные игры: введение. Концепт-схема	2	Беседа	Понимает цели и содержание раздела; работает с концепт-схемой	Активная жизненная позиция	Концепт-схема	Текущий контроль
51–53	Подвижные игры	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
54–56	Элементы баскетбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль

57–59	Элементы волейбола	3	Практика	Развивает двигательные умения и физические качества	Активная жизненная позиция	Тематическое погружение	Текущий контроль
60–62	Игровая практика	3	Практика, взаимопомощь	Развивает двигательные умения и физические качества	«Среда взаимной заботы»	Тематическое погружение	Текущий контроль
Погружение. Итоговая сдача нормативов ГТО (6 часов)							
63–64	Итоговая подготовка к сдаче нормативов ГТО	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
65–66	Подготовка к сдаче нормативов	2	Подготовка	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов
67–68	Сдача нормативов	2	Контроль нормативов	Выполняет нормативы физической подготовки	«Характер»	Контроль нормативов	Сдача нормативов

4. Организационно-педагогические условия реализации модуля

Реализация модуля осуществляется в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, локальными нормативными актами Организации и требованиями к организации дополнительного образования детей. Образовательная деятельность строится на принципах гуманистического характера образования, индивидуализации образовательного маршрута, интеграции и концентрации содержания (модульно-концентрированная организация), практической и деятельностной направленности, сотрудничества семьи и педагогов, психологической безопасности образовательной среды.

4.1. Формы организации образовательной деятельности и методы обучения

Образовательный процесс реализуется в форме тематических погружений (концентрированное освоение крупного раздела в течение нескольких учебных дней) и разновозрастной ученической кафедры. Основными формами организации занятий являются учебное занятие, тематическое погружение, работа с концепт-схемой, ученическая кафедра, практикум, творческая мастерская, проектное погружение и защита проекта. Используются словесные, наглядные, практические, проблемно-поисковые и проектные методы при доминировании концентрированной смысловой работы и высокого темпа.

4.2. Кадровое обеспечение

Реализацию модуля осуществляет педагог дополнительного образования, соответствующий квалификационным требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». Педагог имеет соответствующее профилю филологическое образование, владеет методикой тематического погружения и организации разновозрастного взаимообучения, современными образовательными технологиями и регулярно повышает квалификацию в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

4.3. Материально-техническое и информационное обеспечение

Учебное помещение и оборудование: учебный кабинет, соответствующий санитарным требованиям; рабочие места обучающихся; рабочее место педагога; магнитно-маркерная доска; пространство для работы ученической кафедры и групповой работы.

Технические средства обучения: персональный компьютер педагога; мультимедийный проектор или интерактивная панель; экран; доступ к сети Интернет.

Материально-техническое обеспечение и информационные ресурсы: спортивный зал и спортивная площадка; лыжный инвентарь; гимнастическое оборудование и снаряды; мячи и инвентарь для спортивных игр; лёгкоатлетический инвентарь; наглядные материалы по технике упражнений и комплексу ГТО; материалы по истории олимпийского движения. Занятия проводятся при строгом соблюдении правил безопасности, санитарно-эпидемиологических требований и с учётом состояния здоровья обучающихся.

5. Оценочные материалы и система оценки достижения планируемых результатов

5.1. Общие положения

Оценивание образовательных результатов направлено на определение степени достижения планируемых результатов и выявление индивидуальной динамики развития обучающихся. Система оценки носит формирующий характер и ориентирована на личный прогресс каждого обучающегося и создание ситуации успеха. Оценивание осуществляется без выставления отметок. Оценочные процедуры относятся к освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы и не являются промежуточной или государственной итоговой аттестацией по общеобразовательным предметам.

5.2. Формы контроля

В ходе реализации модуля используются следующие формы контроля.

Вид контроля	Формы и содержание	Срок проведения
Входной контроль	Определение исходного уровня физической подготовленности (с учётом медицинской группы)	Начало обучения
Текущий контроль	Педагогическое наблюдение, оценка техники выполнения упражнений, участие в играх и хоровых построениях	На каждом занятии
Тематический контроль	Сдача контрольных нормативов, спортивные соревнования по итогам разделов	По завершении раздела
Итоговый контроль	Сдача нормативов комплекса ГТО, спортивные соревнования, портфолио	Завершение года / модуля

5.3. Критерии оценки

Критерий	Показатели
Физическая подготовленность	Уровень развития физических качеств, динамика индивидуальных результатов.
Техника выполнения упражнений	Правильность выполнения двигательных действий в разделах программы.
Выполнение нормативов ГТО	Результаты подготовки и сдачи нормативов комплекса ГТО.
Знание олимпийских ценностей и основ ЗОЖ	Знание истории и ценностей олимпийского движения, основ здорового образа жизни.
Взаимопомощь и участие в командной работе	Культура страховки, взаимопомощи и командного взаимодействия.

5.4. Формы фиксации результатов

Результаты освоения модуля фиксируются посредством карты педагогического наблюдения, протоколов сдачи нормативов, результатов спортивных соревнований и портфолио обучающегося. Результаты контроля используются с учётом медицинской группы для занятий физической культурой, для корректировки содержания и методов обучения, оказания индивидуальной педагогической поддержки, формирования индивидуальных образовательных маршрутов и анализа эффективности реализации модуля.

6. Учебно-методическое обеспечение модуля

Реализация модуля обеспечивается комплексом учебно-методических материалов: рабочей программой модуля; календарно-тематическим планированием; концепт-схемами по разделам; методическими разработками тематических погружений и занятий ученической кафедры; дидактическими материалами; словарями; диагностическими материалами; материалами проектной деятельности.

6.1. Методические и дидактические материалы

Педагог использует методические разработки тематических спортивных погружений, комплексы упражнений по разделам, нормативы и таблицы оценки физической подготовленности, материалы по комплексу ГТО, инструкции по технике безопасности, материалы по истории олимпийского движения, диагностические материалы, а также материалы для организации ученической кафедры. Для обучающихся предусмотрены дневники самоконтроля и листы самооценки.

6.2. Образовательные технологии и цифровые ресурсы

В образовательном процессе применяются технология тематического погружения, технология разновозрастного взаимообучения (ученическая кафедра), проектная технология, технология развивающего обучения, технология формирующего оценивания и здоровьесберегающие технологии. Могут использоваться видеоматериалы по технике упражнений, мультимедийные презентации по олимпийскому движению и комплексу ГТО, цифровые образовательные ресурсы. Использование цифровых образовательных ресурсов осуществляется в соответствии с локальными нормативными актами Организации, санитарно-эпидемиологическими требованиями и требованиями информационной безопасности.

7. Список литературы и электронных образовательных ресурсов

Перечень нормативных правовых актов, в соответствии с которыми разработан модуль, приведён в пункте 1.1 настоящей Программы. В настоящем разделе приводится рекомендуемая литература и перечень электронных образовательных ресурсов.

7.1. Литература для педагога

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОСНОВА. Мастерская эффективного мышления» и методические материалы к ней.
2. Современные учебные и методические издания по физической культуре и спорту.
3. Материалы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).
4. Литература по организации проектной и исследовательской деятельности обучающихся.
5. Методические материалы по организации тематических погружений и разновозрастного взаимообучения.

7.2. Материалы для обучающихся

1. Нормативы и таблицы оценки физической подготовленности.
2. Материалы по комплексу ГТО и истории олимпийского движения.
3. Комплексы упражнений по разделам физической подготовки.
4. Дневники самоконтроля и рабочие материалы, разработанные педагогом.

7.3. Электронные образовательные ресурсы

При реализации модуля могут использоваться: официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации; федеральный портал «Российское образование»; федеральная государственная информационная система «Моя школа» (при использовании Организацией); официальный сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО; образовательные порталы по физической культуре и спорту; электронные образовательные ресурсы и мультимедийные материалы, соответствующие возрастным особенностям обучающихся. Использование электронных образовательных ресурсов осуществляется в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации, локальными нормативными актами Организации и требованиями информационной безопасности.