

Управление образования администрации Зеленоградского муниципального округа
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа
п. Романово

«Принята»
педагогическим советом
Протокол № 1 _____
от 28.08.2023 г.



Анисимова С.В.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
школьного спортивного клуба «Адреналин»
для обучающихся 5 – 11 классов на 2023 – 2026 гг.**

Составитель программы:
учитель физической культуры Терехова П.А.

**п. Романово
2023 г.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа.

Занятия общей физической подготовки являются прекрасной возможностью поддерживать себя в хорошей физической форме, поэтому программа школьного спортивного клуба «Адреналин» направлена на создание формирования здорового образа жизни у школьников, формирование у детей привычки к регулярным занятиям физической культурой, поддержанию себя в хорошей физической форме.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа.

Ведущая идея программы — создание современной оздоровительной образовательной среды. Идея программы состоит в следующем: с большим увлечением выполняется ребенком только та деятельность, которая выбрана им самим свободно; деятельность строится не в русле отдельного учебного предмета.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Физическое развитие – это динамический процесс роста (увеличение длины и массы тела, развитие органов и систем организма) и биологического созревания ребенка.

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа школьного спортивного клуба «Адреналин» для обучающихся 5 – 11 классов имеет физкультурно–спортивную направленность.

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность программы заключается в том, что общая физическая подготовка способствует повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, является основной базой для достижения высоких результатов, а также для укрепления здоровья населения, гармонического развития личности, так как в настоящее время проблема укрепления здоровья является наиболее актуальной.

Педагогическая целесообразность

Программа составлена в соответствии с возрастными, психолого-педагогическими особенностями обучающихся. Социальная и личностная адаптация, самореализация и самовыражение, обучение навыкам самостоятельных занятий физкультурой и спортом являются необходимой основой для дальнейшего развития физических качеств обучающихся и соблюдения здорового образа жизни.

Практическая значимость образовательной программы

Содержание данной программы построено таким образом, что обучающиеся под руководством педагога смогут повысить свои спортивные возможности в различных видах спорта, принимать результативно участие в спортивных соревнованиях.

Принципы отбора содержания

- принцип гармоничного воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности в развитии физических качеств, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения ребенка;
- принцип физического развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности ребенка - принцип индивидуального подхода; - принцип практической направленности.

Отличительные особенности программы

Программа разработана на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры. Исходными предпосылками разработки данной программы явились необходимость укрепления здоровья и закаливания обучающихся, достижение всестороннего развития, широкого овладения физической культурой, приобретения инструкторских навыков и умения самостоятельно заниматься физической культурой, формирования моральных и волевых качеств развития творческой активной личности, приобщение к здоровому образу жизни. Программа обеспечивает реализацию социального заказа общества по формированию высоконравственной, физически здоровой, духовно богатой личности. Реализация данной программы создает условия для координации усилий

семьи и образовательного учреждения в стойкой направленности личности на здоровый образ жизни.

Цель программы: удовлетворение потребности учащихся 5-11 классов в движении, развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья.

Задачи программы:

Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий; - формирование интереса к народному творчеству; - расширение кругозора младших школьников.

- формировать у учащихся основы здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности;

Развивающие:

- развивать двигательные качества (быстроту, выносливость, гибкость, силу);

Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 11-18 лет.

Для детей школьного возраста высокая двигательная активность является естественной потребностью. Они чувствительны к воздействию, направленному на развитие их двигательной функции, совершенствование морфологических структур двигательного аппарата. В этом возрасте наблюдается равномерное увеличение роста и массы тела. Также отмечается значительное ускорение темпов структурных преобразований сердечно – сосудистой системы. В период 11-18 лет значительно увеличивается масса легких. Для практики физического воспитания показатели функциональных возможностей детского организма являются ведущими критериями при выборе физических нагрузок, структуры двигательных действий, методов воздействий на организм.

Набор детей в объединение – свободный для обучающихся 5-11 классов МАОУ СОШ п. Романово.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение осуществляется из числа обучающихся 5-11 классов МАОУ СОШ п. Романово. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Для зачисления на программу необходима медицинская справка.

Состав групп - до 20 человек.

.Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов – 72. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Объем и срок реализации программы Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

Основные методы обучения

Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра. Инструкторская и судейская практика. Проведение с обучающимися общеразвивающих упражнений и подвижных и спортивных игр. Судейство соревнований в своей секции. Контрольные испытания, соревнования.

Это способствует закреплению изученного материала, даёт обучающимся возможность поделиться своими знаниями и умениями. Самостоятельное проведение разминки среди обучающихся, участие в соревнованиях, все это способствует закреплению полученных знаний и самоутверждению как личность. Экскурсионные занятия. Посещение городских спортивных мероприятий.

Планируемые результаты

Образовательные:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными

мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Развивающие:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата,

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в секционной деятельности;

- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Воспитательные:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Механизм оценивания образовательных результатов

Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- Входной контроль - проводится при формировании коллектива – изучение отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка: (сентябрь)
- Промежуточный контроль – проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия, года (декабрь)
- Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе – проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка (май)

Критерии оценок параметров, определяющих уровень подготовленности по программе

Упражнения	Уровень подготовленности					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Челночный бег 3х10	10,5	11,0	11,3	10,8	11,2	11,5
Метание мяча в цель из 5 попыток	3	2	1	3	2	1
Многоскоки 8 прыжков	7	6	5	6,5	5,5	4,0
Подтягивание в висе лежа (раз)	12 - 11	10 - 9	8 - 7	10 - 9	8 - 7	6 - 5
Прыжок в длину с места, см	190 - 170	169 - 150	149 - 130	160 - 150	149 - 120	119
Наклон вперед не сгибая ног	Коснуться лбом коленей	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом коленей	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 1000 м	Без учета времени			Без учета времени		

Формы подведения итогов реализации программы

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- открытое занятие;
- соревнования;
- «День здоровья».
- Спортивный праздник «Будь здоров»
- Спортивный праздник «Мама, папа я – дружная семья!»
- Спортивный праздник «Спорт – это жизнь!»
- Спортивный праздник «Мы здоровое поколение»

Организационно-педагогические условия реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение

Занятия с обучающимися проходят:

1. Спортивная площадка;
2. Футбольное поле;
3. Класс (для теоретических занятий);
4. Спортивный зал.

Инвентарь:

1. Мячи (баскетбольные, волейбольные, рэгбийные, футбольные, для настольного тенниса).
2. Ракетки для настольного тенниса
3. Столы для настольного тенниса
4. Стенка гимнастическая
5. Скамейка гимнастическая жёсткая
6. Перекладина гимнастическая навесная
7. Мяч для метания

8. Мяч набивной (медицин-бол) от 1 до 3 кг
9. Скакалка гимнастическая
10. Палочка эстафетная
11. Секундомер
12. Доска информационная
13. Рулетка
14. Мат гимнастический
15. Гантели виниловые 0,5 кг
16. Фишки разметки
17. Обручи

Кадровое обеспечение

Педагог, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Методическое обеспечение

Основная форма обучения – проведение комбинированных и практических занятий в течение учебного года. По форме занятия самые разнообразные: учебно- тренировочные занятия, соревнования, товарищеские игры, сдача контрольных нормативов. Совокупность творческих методов обучения имеет не только образовательный и развивающий потенциал, а также выполняет функцию воспитания. Обучающиеся приобретают знания, накапливают умения и навыки игры, показывают результаты тренировочной работы в соревнованиях и при сдаче контрольных нормативов, что способствует развитию самоконтроля, мотивации и социализации.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом рекомендуется применять различные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом для показа упражнений, наглядных пособий. Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный; -круговой тренировки.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах. Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(72 часа, 2 часа в неделю)

Тема 1 Футбол (14 ч.): Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования

Тема 2. Волейбол (15 ч.): Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования

Тема 3. Бадминтон (14 ч.): Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм,

Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования.

Тема 4. Гандбол (14 ч.): Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования

Тема 5. Баскетбол (15 ч.): Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Футбол: Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков.	14	4	10

	<p>Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования</p>			
2	<p>Волейбол: Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков.</p> <p>Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования</p>	15	4	11
3	<p>Бадминтон: Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков.</p> <p>Оздоровительное и закаливающее влияние естественных факторов природы</p>	14	4	10

	(солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования			
4	Гандбол: Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования	14	4	10
5	Баскетбол: Знания о физической культуре; Физическая культура и спорт. Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов; Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена. Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений; Правила соревнований, места	15	4	11

	занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм. Контрольные игры и соревнования			
	Итого	72	20	52

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа школьного спортивного клуба «Адреналин» для обучающихся 5 – 11 классов на 2023 – 2024 гг.
1	Начало учебного года	01.09.2023 года
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5	Количество занятий	72 занятия
6	Количество часов	72 часа
7	Окончание учебного года	31.05.2024 года

Рабочая программа воспитания

Цель воспитания обучающихся в МАОУ СОШ п. Романово: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социо-культурных, 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 среде.

Особенности воспитательного процесса

Воспитательная система школы складывается из совместной деятельности учителей, учащихся, родителей, педагогов дополнительного

образования, из воспитания на уроке, вне урока: через систему дополнительного образования, реализацию программ воспитания.

Управление воспитательным процессом осуществляется на уровне всех участников образовательного процесса. Наряду с администрацией, в решении принципиальных вопросов воспитания, развития школы участвуют советы самоуправления.

Активную роль в обогащении и совершенствовании воспитательной деятельности играют объединения дополнительного образования. Учащиеся, занимающиеся в кружках и студиях, как правило, проявляют большой интерес к познанию, а педагогов работа в кружках стимулирует к поиску творческих путей в организации учебно-познавательной деятельности.

Формы и содержание деятельности

- Основные школьные дела – реализация воспитательного потенциала основных школьных дел.

- Классное руководство – реализация воспитательного потенциала классного руководства как деятельности педагогических работников, осуществляющих классное руководство в качестве особого вида педагогической деятельности, направленной, в первую очередь, на решение задач воспитания и социализации обучающихся.

- Урочная деятельность – реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает ориентацию на целевые приоритеты, связанные с возрастными особенностями учащихся.

- Внеурочная деятельность – реализация воспитательного потенциала внеурочной деятельности в целях обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся осуществляется в рамках выбранных обучающимися курсов, занятий, дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

- Взаимодействие с родителями (законными представителями) – привлечение родителей (законных представителей) к подготовке и проведению классных и общешкольных мероприятий и др.

- Профориентация, через проведение профориентационных классных часов и психологических занятий, направленных на подготовку обучающегося к осознанному планированию и реализации своего профессионального будущего;

- Профилактика и безопасность, через реализацию воспитательного потенциала профилактической деятельности в целях формирования и поддержки безопасной и комфортной среды в школе.

- Внешкольные мероприятия – внешкольные тематические мероприятия воспитательной направленности, организуемые педагогами школы.

- Организация предметно-пространственной среды предусматривает совместную деятельность педагогов, обучающихся, других участников образовательных отношений по её созданию, поддержанию, использованию в воспитательном процессе.

- Социальное партнёрство – проведение на базе организаций-партнёров отдельных уроков, занятий, внешкольных мероприятий, акций воспитательной направленности.

Планируемые результаты и формы их проявления

Личностные результаты освоения обучающимися общеобразовательных программ включают:

- осознание ими российской гражданской идентичности;
- сформированность у них ценностей самостоятельности и инициативы;
- готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению;
- наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности;
- сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

Воспитательная деятельность в школе планируется и осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, возрастосообразности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности при работе с оборудованием, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь

2	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к музейным экспонатам	Гражданско - патриотическое воспитание	В рамках занятий	Сентябрь - май
4	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Январь - май
5	Участие в создании экспозиций, выставок, экскурсий	Воспитание интеллектуально познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь - май
6	Проведение соревнований, контрольных игр	интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Февраль - Май

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. № 2620-р.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагога дополнительного образования:

Программы В.И. Ляха, Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2012.

Рабочая программа по физической культуре В.И. Ляха. 5-11 классы: -
М.:

Просвещение

Для обучающихся и родителей:

Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 5-11 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.