

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детская школа хореографического искусства №17»

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
от «31» августа 2021 г. протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор ДШХИ № 17
В.П. Комарова

Приказ № 94
от 31.08.2021г.

**Рабочая программа
по предмету «Акробатика»**

Направленность – физкультурно-спортивная

Срок обучения – 5 лет

Возраст обучающихся – 9-14 лет

Авторы-составители:
Сунгатова Эльвира Надировна,
заместитель директора по УВР
Смолянинов Виктор Викторович,
преподаватель

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детская школа хореографического искусства №17»

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического совета
от «31» августа 2021 г. протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ДШХИ № 17
В.П. Комарова

Приказ № 94
от 31.08 2021г

**Рабочая программа
по предмету «Акробатика»**

Направленность – физкультурно-спортивная

Срок обучения – 5 лет

Возраст обучающихся –9-14 лет

Авторы-составители:
Сунгатова Эльвира Надировна,
заместитель директора по УВР
Смолянинов Виктор Викторович,
преподаватель

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета (курса)

«Акробатика»

3 класс

Название раздела	Предметные		Метапредметные	Личностные
	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться		
Вводный урок	знать основные строевые команды и	уметь выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата;	знать правила поведения в учебном заведении, раздевалках и залах акробатики и хореографии и строго их соблюдать;	формировать активность, коммуникативные навыки, ответственность, самостоятельность, дисциплинированность; уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга.
Дыхательные упражнения.	уметь быстро и четко их выполнять;	разогрев опорно-двигательного аппарата;	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	
Общеразвивающие упражнения.	уметь выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата;	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца четко, эмоционально, выразительно;	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	
Силовые упражнения.	разогрев опорно-двигательного аппарата;	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца четко, эмоционально, выразительно;	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	
Оздоровительно-акробатический комплекс.	знать правильное исполнение основных упоров и стоек и уметь их выполнять в различных ритмовых режимах;	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца четко, эмоционально, выразительно.	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	
Упражнения на гибкость и релаксацию.	выполнять в различных ритмовых режимах;	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно.	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	
Имитационно-игровые упражнения.	уметь двигаться под счет и точно реагировать на звуковые сигналы и жесты преподавателя;	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно.	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	
Промежуточная аттестация	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно.	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно.	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друга;	

			для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; знать правила поведения при участии в массовых мероприятиях, конкурсах и концертах; знать и соблюдать правила поведения в учебном заведении, раздевалках и залах	
--	--	--	---	--

4 класс

Название раздела	Предметные		Метапредметные	Личностные
	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться		
Вводный урок. Правила ТБ	знать строевые команды и уметь их выполнять;	умение выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата;	умение осуществлять контроль своей деятельности, владение основами самоконтроля; умение работать индивидуально и в группе; умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. умение взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек,	знание и соблюдение правил поведения на занятиях, правила внешнего вида. активность, коммуникативные навыки, ответственность, основы самостоятельности, дисциплинированность.
Комплекс упражнений для разогрева и разминки.	уметь выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата;	исполнение изученных акробатических элементов в характере исполняемого танца;		
Силовая тренировка	знать правильное исполнение основных упоров и стоек и уметь их выполнять в различных ритмовых режимах;	уметь выполнять шпагаты в стойке на руках и в прыжке;		
Упражнения на гибкость и растяжку	уметь двигаться под счет и точно реагировать на звуковые сигналы и жесты преподавателя;	уметь держать равновесие на партнёре, партнёрках;		
Статическая акробатика	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно;	уметь выполнять безопасные прыжки;		
Прыжковая акробатика	знать правила поведения при участии в массовых мероприятиях, конкурсах и концертах	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друг друга		
Динамическая акробатика				
Упражнения функционального тренинга				
Парные акробатические упражнения				
Групповые акробатические упражнения				
Комбинирование прыжков и перекатов				
Промежуточная аттестация				

5 класс

Название раздела	Предметные		Метапредметные	Личностные
	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться		
Вводный урок. Правила ТБ	знать все строевые команды и уметь автоматически их выполнять; уметь выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата; знать правильное исполнение основных упоров и стоек и уметь их выполнять в различных ритмовых режимах; уметь двигаться под счет и точно реагировать на звуковые сигналы и жесты преподавателя; исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно; знать правила поведения при участии в массовых мероприятиях, конкурсах и концертах; знать и выполнять строевые команды	умение выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата; исполнение изученных акробатических элементов в характере исполняемого танца; уметь выполнять шпагаты в стойке на руках и в прыжке; уметь держать равновесие на партнёре, партнёрах; уметь уверенно выполнять безопорные прыжки; уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке, уметь координировать движения друг друга; знать правильное исполнение основных упоров и стоек и уметь их выполнять в различных ритмовых режимах	умение осуществлять контроль своей деятельности, владение основами самоконтроля; умение работать индивидуально и в группе; умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. умение взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек,	знание и соблюдение правил поведения на занятиях, правила внешнего вида. активность, коммуникативные навыки, ответственность, основы самостоятельности, дисциплинированность.
Комплекс упражнений для разогрева и разминки.				
Силовая тренировка				
Упражнения на гибкость и растяжку				
Статическая акробатика				
Прыжковая акробатика				
Динамическая акробатика				
Упражнения функционального тренинга				
Парные акробатические упражнения				
Групповые акробатические упражнения				
Комбинирование прыжков и перекатов				
Промежуточная аттестация				

6 класс

Название раздела	Предметные		Метапредметные	Личностные
	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться		
Вводный урок. Правила ТБ	знать все строевые команды и уметь автоматически их выполнять;	умение выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-	умение осуществлять контроль своей деятельности, владение основами	знание и соблюдение правил поведения на занятиях, правила
Дыхательные				

упражнения.	уметь выполнять	двигательного	самоконтроля;	внешнего вида. активность, коммуникативные навыки, ответственность, основы самостоятельности, дисциплинированность.
Общеразвивающие упражнения	самостоятельный	аппарата;	умение работать индивидуально и в группе;	
Упражнения на гибкость	предварительный разогрев	изученных акробатических элементов	умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей.	
Функциональный тренинг	опорно-двигательного аппарата;	в характере исполняемого танца;	умение взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек,	
Прыжковая акробатика	знать правильное исполнение основных упоров и стоек и уметь их выполнять	уметь выполнять шпагаты в стойке на руках и в прыжке;		
Парная акробатика	различных ритмовых режимах;	уметь держать равновесие на партнёре, партнёрах;		
Групповая акробатика	уметь двигаться под счет и точно реагировать на звуковые сигналы и жесты	уметь уверенно выполнять безопорные прыжки;		
Имитационно-игровые упражнения	преподавателя; исполнять изученные акробатические элементы	взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке;		
Промежуточная аттестация	в характере исполняемого танца; четко, эмоционально, выразительно; знать правила поведения при участии в массовых мероприятиях, конкурсах и концертах	уметь координировать движения друга		

7 класс

Название раздела	Предметные		Метапредметные	Личностные
	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться		
Вводный урок. Правила ТБ	знать все строевые команды и уметь автоматически их выполнять;	умение выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата;	умение осуществлять контроль своей деятельности, владение основами самоконтроля;	знание и соблюдение правил поведения на занятиях, правила внешнего вида.
Комплекс упражнений для разогрева и разминки.	уметь выполнять самостоятельный предварительный разогрев опорно-двигательного аппарата;	исполнение изученных акробатических элементов	умение работать индивидуально и в группе;	активность, коммуникативные навыки, ответственность, основы самостоятельности, дисциплинированность.
Силовая тренировка	знать правильное исполнение основных упоров и стоек и уметь их выполнять	в характере исполняемого танца;	умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей.	
Упражнения на гибкость и растяжку	различных ритмовых режимах;	уметь выполнять шпагаты в стойке на руках и в прыжке;	умение взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек,	
Статическая акробатика				
Прыжковая акробатика				
Упражнения				

функционального тренинга	уметь двигаться под счет и точно реагировать на звуковые сигналы и жесты преподавателя;	уметь держать равновесие на партнёре, партнёрах;		
Групповые акробатические упражнения	исполнять изученные акробатические элементы в характере исполняемого танца;	уметь уверенно выполнять безопасные прыжки;		
Комбинирование прыжков и перекаатов	четко, эмоционально, выразительно;	уметь взаимодействовать в подгруппах из 2-4 человек, знать основы взаимопомощи в паре и в тройке,		
Промежуточная аттестация	знать правила поведения при участии в массовых мероприятиях, конкурсах и концертах	уметь координировать движения друг друга		
Аттестация по итогам освоения программы				

2. Содержание учебного предмета.

3 класс

Название раздела	Содержание раздела	Кол-во часов
Вводный урок	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ, дисциплина во время занятий. Правила поведения при участии в массовых мероприятиях. Отработка входа и выхода из зала, раскладывание и уборка ковриков и матов.	1,5
Дыхательные упражнения.	Основные задачи дыхательных упражнений, влияние дыхания на работоспособность и самочувствие. Отработка различных типов дыхания на месте и в движении. Изменение длины и глубины дыхания.	12
Общеразвивающие упражнения.	Виды и техника выполнения общеразвивающих упражнений. Ощущение «разогретости» мышц и подвижности суставов. Упражнения на месте и в движении из различных исходных положений, упражнения на развитие координации движений и чувства ритма. Ощущение пространства	13,5
Силовые упражнения.	Режимы выполнения силовых упражнений. Поточное выполнение силовых упражнений динамического характера в преодолевающем и уступающем режиме.	15
Оздоровительно-акробатический комплекс.	Соединение дыхания с движением. Непрерывное выполнение комплекса из движений, с переходом в различные позы, соединении с дыханием и расслаблением.	30
Упражнения на гибкость и релаксацию.	Техника подвижности суставов круговыми движениями и растягиваниями. Проработка позвоночника и суставов круговыми движениями в различных плоскостях с последующим линейным растягиванием	13,5
Имитационно-игровые упражнения.	Различные перемещения и движения, имитирующие животных и предметы. Элементы театрализации и пантомимы.	15
Промежуточная аттестация	Класс-концерт. Заключительный тренаж. Урок миниатюр. (на выбор педагога)	1,5
Итого:		102

4 класс

Название раздела	Содержание раздела	Кол-во часов
Вводный урок. правила ТБ	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ. Правила поведения при участии в концертах и массовых мероприятиях. Контроль уровня ОФП.	1,5
Комплекс упражнений для разогрева и разминки.	Правильное приземление после высоких прыжков. Развитие прыгучести и подготовительные упражнения для темповых переворотов и сальто прогнувшись. Принципы стихий. Тренировка и изучение комплекса тайдзицюань.	5
Силовая тренировка	Правила развития скоростной силы и тренировки приземлений. Тренировка прыгучести и скоростной силы.	12
Упражнения на гибкость и растяжку	Наработка шпагатов, шпагаты: маховые, статические, в прыжке, с провисанием. Растягивание мышц спины, крупных суставов	11
Статическая акробатика	Классификация основных акробатических упражнений. Сила, стойки, упоры	14
Прыжковая акробатика	Физиологические механизмы передачи инерции движения. Освоение темповых переворотов и перекидок.	12
Динамическая акробатика	Переход из позы в позу с применением основных акробатических движений. Темповые перевороты, комбинации элементов. Индивидуальные и парные гимнастические упражнения	8
Упражнения функционального тренинга	Изучение основ знаний по физической тренировке, методике развития физических качеств и гармоничности средствами гимнастики. Составление комплексов упражнений ОФП.	8
Парные акробатические упражнения	Правила страховки и само страховки. Освоение базовых колонн и соскоков с акробатическими элементами	8
Групповые акробатические упражнения	Правила страховки, поддержки и само страховки. Освоение навыков работы в группах, техника безопасности, синхронность выполнения трюковых элементов. Групповые пирамиды и поддержки.	11
Комбинирование прыжков и перекатов	Соединение акробатических упражнений в комбинации. Нарработка различных комбинаций из перемещений, акробатических прыжков, перекатов и кувырков.	10
Промежуточная аттестация	Класс-концерт. Заключительный тренаж. (на выбор педагога)	1,5
Итого:		102

5 класс

Название раздела	Содержание раздела	Кол-во часов
Вводный урок.	Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила ТБ и СГ. Правила поведения при участии в концертах и массовых мероприятиях. Контроль уровня ОФП.	1,5
Комплекс упражнений для разогрева и разминки.	Разогрев статическими позами, микро-движениями, стрейчинг. Развитие прыгучести, упражнения для темповых переворотов и сальто прогнувшись	5
Силовая тренировка	Скоростная изометрическая сила. Правила развития скоростной силы и тренировки приземлений. Тренировка прыгучести и скоростной силы, выносливости.	12
Упражнения на гибкость и растяжку	Наработка шпагатов, шпагаты: маховые, статические, в прыжке, с провисанием. Растягивание мышц спины, крупных и мелких суставов	10
Статическая акробатика	Классификация акробатических упражнений. Пирамиды. Сила, стойки, упоры, поддержки статические	12
Прыжковая акро-	Физиологические механизмы передачи инерции движения. Освоение тем-	12

батика	повых переворотов и перекидок. Развитие силы прыжков	
Динамическая акробатика	Переход из позы в позу с применением акробатических движений. Темповые перевороты, комбинации элементов. Индивидуальные, парные гимнастические упражнения	9
Упражнения функционального тренинга	Работа интервально для развития функциональных возможностей сердечно-сосудистой, кровеносной, дыхательной систем организма. Изучение основ знаний по физической тренировке, методике развития физических качеств и гармоничности средствами гимнастики. Составление комплексов упражнений ОФП.	9
Парные акробатические упражнения	Правила страховки и само страховки. Освоение колонн и соскоков с акробатическими элементами. Акробатические связки элементов	12
Групповые акробатические упражнения	Правила страховки, поддержки и само страховки. Освоение навыков работы в группах, техника безопасности, синхронность выполнения трюковых элементов. Групповые пирамиды и поддержки.	9
Комбинирование прыжков и перекатов	Упражнения прыжковой акробатики отдельно в комбинациях. Соединение акробатических упражнений в комбинации. Нарботка различных комбинаций из перемещений, акробатических прыжков, перекатов и кувырков.	9
Промежуточная аттестация	Класс-концерт. Заключительный тренаж. (на выбор педагога)	1,5
Итого:		102

6 класс

Название раздела	Содержание раздела	Кол-во часов
Вводный урок	Цели, задачи и содержание программы обучения, правила ТБ и СГ. Правила поведения на уроках, при участии в массовых мероприятиях	1,5
Дыхательные упражнения.	Задачи дыхательных упражнений, влияние дыхания на работоспособность и самочувствие. Отработка различных типов дыхания на месте и в движении. Изменение длины и глубины дыхания.	2
Общеразвивающие упражнения.	Техника выполнения общеразвивающих упражнений. Ощущение «разогретости» мышц и подвижности суставов. Самостоятельное выполнение упражнений на месте и в движении из различных исходных положений. Ощущение пространства	8
Упражнения на гибкость.	Шпагаты: маховые, статические, в прыжке, с провисанием. Растягивание мышц спины, крупных и мелких суставов	12
Силовые упражнения	Нарботка мышц силовыми упражнениями. Скоростная сила. Развитие скоростной силы и тренировка приземлений. Тренировка прыгучести и скоростной силы, выносливости.	21
Функциональный тренинг	Повтор пройденного материала по физической тренировке, методике развития физических качеств средствами гимнастики. Составление комплексов упражнений ОФП.	12
Прыжковая акробатика	Упражнения прыжковой акробатики отдельно в комбинациях. Соединение акробатических упражнений в комбинации. Нарботка различных комбинаций из перемещений, акробатических прыжков, перекатов и кувырков.	12
Парная акробатика	Правила страховки и само страховки. Освоение колонн и соскоков с акробатическими элементами. Акробатические связки элементов	8
Групповая акробатика	Правила страховки, поддержки и само страховки. Освоение навыков работы в группах, техника безопасности, синхронность выполнения трюковых элементов. Групповые пирамиды и поддержки.	8
Имитационно-игровые упражнения.	Силовые перемещения с имитацией движений различных животных	16
Промежуточная аттестация.	Класс-концерт. Заключительный тренаж. (на выбор педагога)	1,5
Итого:		102

7 класс

Название раздела	Содержание раздела	Кол-во часов
Вводный урок	Цели, задачи и содержание программы обучения, правила ТБ и СГ. Правила поведения на уроках, при участии в массовых мероприятиях	1,5
Комплекс упражнений для разогрева и разминки.	Разогрев статическими позами, микро-движениями, пилатес, стрейчинг. Развитие прыгучести, упражнения для темповых переворотов и сальто прогнувшись	5
Силовая тренировка	Наработка мышц силовыми упражнениями. Скоростная сила. Развитие скоростной силы и тренировка приземлений. Тренировка прыгучести и скоростной силы, выносливости.	12
Упражнения на гибкость и растяжку	Растягивание мышц спины, крупных и мелких суставов. Статическая и динамическая растяжка мышц.	11
Статическая акробатика	Классификация акробатических упражнений. Пирамиды. Сила, стойки, упоры, поддержки статические	18,5
Прыжковая акробатика	Упражнения прыжковой акробатики отдельно в комбинациях. Соединение акробатических упражнений в комбинации. Нарботка различных комбинаций из перемещений, акробатических прыжков, перекатов и кувырков.	12
Упражнения функционального тренинга	Повтор пройденного материала по физической тренировке, методике развития физических качеств средствами гимнастики. Составление комплексов упражнений ОФП.	12
Групповые акробатические упражнения	Правила страховки, поддержки и самостраховки. Освоение навыков работы в группах, техника безопасности, синхронность выполнения трюковых элементов. Групповые пирамиды и поддержки.	15
Комбинирование прыжков и перекатов	Соединение акробатических прыжков в комбинации. Нарботка различных комбинаций из перемещений, акробатических прыжков, перекатов и кувырков, поз. Выразительность и четкость исполнения	12
Промежуточная аттестация	Контрольный урок	1,5
Аттестация по итогам освоения программы	Класс концерт	1,5
Итого:		102

3. Тематическое планирование

Основные целевые приоритеты воспитательной работы

Целевые приоритеты на уровне начального общего образования:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребенка домашнюю работу, помогая старшим;
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
- знать и любить свою Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоемы);
- проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;

- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
- быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чем-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать свое мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Целевые приоритеты на уровне основного общего образования:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избежать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ШКОЛЫ

<i>Направление воспитательной работы</i>	<i>Задачи работы по данному направлению</i>
Правовое воспитание	Формирование правовой компетентности учащихся; Формирование законопослушного поведения; Профилактика безнадзорности, правонарушений и преступлений среди учащихся школы.
Гражданско-патриотическое воспитание	Формирование положительной нравственной направленности личности учащихся Приобщение к культурным традициям семьи, школы, Отечества. Формирование у учащихся качеств, как долг, ответственность, честь, достоинство, личность.
Экологическое воспитание	Формирование представлений об основах экологической культуры, бережного отношения к природе.

Духовно-нравственное направление. (Нравственно-эстетическое воспитание)	Формировать у учащихся такие качества как: культура поведения, эстетический вкус, уважение личности. Создание условий для развития у учащихся творческих способностей.
Здоровьесберегающее направление. (Физкультурно-оздоровительное воспитание)	Формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью Формирование негативного отношения к факторам риска здоровья обучающихся, безопасного поведения в окружающей среде, пропаганда здорового образа жизни. Популяризация занятий физкультурой и спортом Формировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья.
Трудовое воспитание	Формирование осознания принадлежности к школьному коллективу Воспитание сознательного отношения к учебе, труду
Семейное воспитание	Укрепление отношения к семье как основе российского общества Психолого-педагогическое просвещение родителей через систему родительских собраний, консультаций, бесед; Организовывать совместное проведение свободного времени детей и родителей; Защищать интересы и права ребёнка в семьях, находящихся в социально опасном положении; Анализировать промежуточные и конечные результаты совместной воспитательной деятельности
Социальное направление	Развивать у учащихся качества: активность, ответственность, самостоятельность, инициатива.

Тематическое планирование 3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1.	Правила ТБ. Правила выполнения строевых упражнений	1,5
2.	Строевые упражнения	1,5
3.	Упражнения ОРУ	1,5
4.	Комплекс ОРУ, работа в парах.	1,5
5.	Поза приземления, ОФП	1,5
6.	Поза группировки.	1,5
7.	Кувырок вперёд.	1,5
8.	Акробатический мост	1,5
9.	Стойка на голове	1,5
10.	Кувырок назад через плечо	1,5
11.	Стойка на руках с помощью	1,5
12.	Стойка на руках, махом	1,5
13.	Стойка на руках со шпагатами	1,5
14.	Полуперевороты	1,5
15.	Перевороты	1,5
16.	Контрольный урок по теме: «Упражнения на прыгучесть».	1,5
17.	Перекаты и складки	1,5
18.	Выпрыгивание в складку.	1,5
19.	Комплекс ОРУ с утяжелителями	1,5

20.	Строевые упражнения. ОФП	1,5
21.	Парный переброс	1,5
22.	Курбет	1,5
23.	Курбет с возвышения	1,5
24.	Курбет на возвышение	1,5
25.	Курбет с наскока	1,5
26.	Повторение «Маховые перевороты»	1,5
27.	Вальсет	1,5
28.	Стартовый разгон	1,5
29.	Подъём разгибом с головы, с возвышения	1,5
30.	Контрольный урок по теме: «Рондат с разгона». Темповой переворот вперёд	1,5
31.	Подъём разгибом с лопаток, с возвышения. Темповой переворот вперёд через возвышение	1,5
32.	Колесо с возвышения	1,5
33.	Темповые перевороты.	1,5
34.	Упражнение на силу	1,5
35.	Упражнения на гибкость	1,5
36.	Переворот вперёд на одну с возвышения – полёт	1,5
37.	Колесо на одну с возвышения – полёт	1,5
38.	Курбет с наскока	1,5
39.	Подготовительные упражнения для фляка.	1,5
40.	Перевороты назад, с двух на две и уходом в перекат	1,5
41.	Перевороты назад с возвышения	1,5
42.	Подводящие упражнения для фляка	1,5
43.	Парный переброс спина к спине	1,5
44.	Фляк	1,5
45.	Фляк с возвышения	1,5
46.	Фляк на возвышение	1,5
47.	Курбет-фляк	1,5
48.	Курбет с возвышения, фляк	1,5
49.	Стартовый разгон, рондат и ОФП	1,5
50.	Контрольный урок по теме: «Темповые перевороты».	1,5
51.	Рондат – фляк, скоростно-силовая тренировка	1,5
52.	Рондат-фляк с разбега	1,5
53.	Акробатические прыжки	1,5
54.	Акробатические прыжки.	1,5
55.	Упражнения на силу и гибкость.	1,5
56.	Упражнения на силу и гибкость.	1,5
57.	Повторение акробатических прыжков.	1,5
58.	Упражнения на прыгучесть	1,5
59.	Прыжки в глубину	1,5
60.	Колонна	1,5
61.	Лошадка	1,5
62.	Колонна, соскоки	1,5
63.	Колонна-лошадка	1,5
64.	Лошадка-колонна	1,5
65.	Лошадка, спуск. Контрольный урок по теме: «Прыжковая акробатика».	1,5
66.	Промежуточная аттестация. Солдатик.	1,5
67.	Рюкзак Домашнее задание на лето.	1,5
68.	Игровая программа с элементами соревнований	1,5
	Итого	102

4 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Правила ТБ. Правила выполнения строевых упражнений	1,5
2.	Строевые упражнения. Упражнения ОРУ	1,5
3.	Комплекс ОРУ	1,5
4.	Поза приземления, ОФП. Поза группировки.	1,5
5.	Кувырок вперёд.	1,5
6.	Акробатический мост	1,5
7.	Стойка на голове. Кувырок назад через плечо	1,5
8.	Стойка на руках с помощью. Стойка на руках, махом	1,5
9.	Стойка на руках со шпагатами	1,5
10.	Полуперевороты. Перевороты	1,5
11.	Маховые перевороты. Перекаты и складки	1,5
12.	Подъём разгибом. Парный переброс	1,5
13.	Прыжок в разножку с возвышения	1,5
14.	Перекат с разножкой	1,5
15.	Парный перекат с разножкой	1,5
16.	Контрольный урок по теме: «Фляк».	1,5
17.	Упражнения на прыгучесть. Перевороты.	1,5
18.	Выпрыгивание в складку. Комплекс ОРУ с утяжелителями	1,5
19.	Строевые упражнения. ОФП Парный переброс	1,5
20.	Курбет. Курбет с возвышения	1,5
21.	Курбет на возвышение. Курбет с наскока	1,5
22.	Вальсет. Стартовый разгон	1,5
23.	Подъём разгибом с головы, с возвышения	1,5
24.	Подъём разгибом с лопаток, с возвышения	1,5
25.	Темповой переворот вперёд. Темповой переворот вперёд через возвышение	1,5
26.	Темповой переворот с разбега. Стойка на руках с разворотом	1,5
27.	Рондат с помощью. Рондат с места	1,5
28.	Рондат с возвышения	1,5
29.	Контрольный урок по теме: «Рондат с разгона».	1,5
30.	Колесо	1,5
31.	Колесо с возвышения. Темповые перевороты.	1,5
32.	Упражнение на силу. Упражнения на гибкость	1,5
33.	Переворот вперёд на одну с возвышения – полёт	1,5
34.	Колесо на одну с возвышения – полёт	1,5
35.	Курбет с возвышения. Курбет с наскока	1,5
36.	Подготовительные упражнения для фляка. Перевороты назад, с двух на две и уходом в перекат	1,5
37.	Перевороты назад с возвышения	1,5
38.	Подводящие упражнения для фляка. Парный переброс спина к спине	1,5
39.	Фляк. Фляк с возвышения	1,5
40.	Фляк на возвышение	1,5
41.	Курбет-фляк. Курбет с возвышения, фляк	1,5
42.	Медленный рондат, силовой. Рондат с разгона	1,5
43.	Стартовый разгон, рондат и ОФП	1,5
44.	Рондат – фляк, скоростно-силовая тренировка	1,5
45.	Комплекс упражнений на прыгучесть. Нарботка высоты прыжка	1,5
46.	Нарботка скорости разбега. Перекидка вперёд с возвышения с помощью.	1,5
47.	Перекидка вперёд с разбега. Боковая перекидка с возвышения	1,5
48.	Контрольный урок по теме: «Рондат, сальто назад в группировке».	1,5

49.	Боковая перекидка с разбега	1,5
50.	Силовые и скоростно-силовые упражнения. Повторение темповых переворотов	1,5
51.	Рондат-фляк с разбега	
52.	Акробатические прыжки	
53.	Упражнения на силу и гибкость.	1,5
54.	Повторение акробатических прыжков.	1,5
55.	Силовые упражнения	1,5
56.	Упражнения на прыгучесть	1,5
57.	Прыжки в глубину	1,5
58.	Колонна. Лошадка	1,5
59.	Колонна, соскоки	1,5
60.	Колонна-лошадка. Лошадка-колонна	1,5
61.	Лошадка, спуск	1,5
62.	Солдатик Рюкзак	1,5
63.	Парная силовая тренировка.	1,5
64.	Групповые статические силовые упражнения	1,5
65.	Промежуточная аттестация «Темповые перевороты и сальто».	1,5
66.	Комбинирование прыжков. Акробатические прыжки	1,5
67.	Повторение Фляки. Техника выполнения	1,5
68.	Игровая программа с элементами соревнований	1,5
	Итого	102

5 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1.	Вводный урок. Правила ТБ. Правила выполнения строевых упражнений	1,5
2.	Строевые упражнения	1,5
3.	Упражнения ОРУ с гимнастической палкой	1,5
4.	Поза приземления, ОФП Поза группировки.	1,5
5.	Кувырок вперёд.	1,5
6.	Акробатический мост	1,5
7.	Стойка на голове	1,5
8.	Кувырок назад через плечо	1,5
9.	Стойка на руках с помощью Стойка на руках, махом	1,5
10.	Стойка на руках со шпагатами	1,5
11.	Полуперевороты Перевороты	1,5
12.	Маховые перевороты Перекаты и складки	1,5
13.	Подъём разгибом Парный переброс	1,5
14.	Прыжок в разножку с возвышения	1,5
15.	Перекат с разножкой Парный перекат с разножкой	1,5
16.	Упражнения на прыгучесть	1,5
17.	Контрольный урок по теме: «Фляк».	1,5
18.	Перевороты. Выпрыгивание в складку.	1,5
19.	Комплекс ОРУ с утяжелителями Строевые упражнения. ОФП	1,5
20.	Парный переброс	1,5
21.	Курбет Курбет с возвышения	1,5
22.	Курбет на возвышение Курбет с наскока	1,5
23.	Вальсет	1,5
24.	Стартовый разгон	1,5
25.	Подъём разгибом с головы, с возвышения Подъём разгибом с лопаток, с возвышения	1,5

26.	Темповой переворот вперёд Темповой переворот вперёд через возвышение	1,5
27.	Темповой переворот с разбега	1,5
28.	Стойка на руках с разворотом	1,5
29.	Рондат с помощью Рондат с места Рондат с возвышения	1,5
30.	Колесо	1,5
31.	Контрольный урок по теме: «Рондат с разгона».	1,5
32.	Колесо с возвышения	1,5
33.	Темповые перевороты.	1,5
34.	Упражнение на силу Упражнения на гибкость	1,5
35.	Переворот вперёд на одну с возвышения - полёт	1,5
36.	Колесо на одну с возвышения - полёт	1,5
37.	Курбет с возвышения Курбет с наскока	1,5
38.	Подготовительные упражнения для фляка	1,5
39.	Перевороты назад, с двух на две и уходом в перекат	1,5
40.	Перевороты назад с возвышения	1,5
41.	Подводящие упражнения для фляка	1,5
42.	Парный переброс спина к спине	1,5
43.	Фляк Фляк с возвышения	1,5
44.	Фляк на возвышение	1,5
45.	Курбет-фляк	1,5
46.	Курбет с возвышения, фляк	1,5
47.	Медленный рондат, силовой. Рондат с разгона	1,5
48.	Стартовый разгон, рондат и ОФП	1,5
49.	Рондат – фляк, скоростно-силовая тренировка	1,5
50.	Комплекс упражнений на прыгучесть	1,5
51.	Наработка высоты прыжка Наработка скорости разбега	1,5
52.	Перекидка вперёд с возвышения с помощью.	1,5
53.	Перекидка вперёд с разбега	1,5
54.	Боковая перекидка с возвышения Боковая перекидка с разбега	1,5
55.	Контрольный урок по теме: «Рондат, сальто назад в группировке».	1,5
56.	Силовые и скоростно-силовые упражнения	1,5
57.	Рондат-фляк с разбега	1,5
58.	Акробатические прыжки	1,5
59.	Упражнения на силу и гибкость.	1,5
60.	Прыжки в глубину	1,5
61.	Колонна-лошадка Лошадка-колонна Лошадка, спуск	1,5
62.	Солдатик Рюкзак	1,5
63.	Парная силовая тренировка	1,5
64.	Групповые статические силовые упражнения	1,5
65.	Скоростно-силовые упражнения.	1,5
66.	Выпрыгивания и темповые перевороты.	1,5
67.	Темповые перевороты и сальто.	1,5
68.	Промежуточная аттестация. Комбинирование прыжков	1,5
	Итого	102

6 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Правила ТБ. Правила выполнения строевых упражнений	1,5
2	Строевые упражнения	1,5
3	Упражнения ОРУ с гимнастической палкой	1,5
4	Комплекс ОРУ	1,5

5	Поза приземления, ОФП	1,5
6	Поза группировки.	1,5
7	Кувырок вперёд.	1,5
8	Акробатический мост	1,5
9	Стойка на голове	1,5
10	Кувырок назад через плечо	1,5
11	Стойка на руках с помощью	1,5
12	Стойка на руках, махом	1,5
13	Стойка на руках со шпагатами	1,5
14	Полуперевороты	1,5
15	Перевороты	1,5
16	Контрольный урок по теме: «Упражнения на прыгучесть». Маховые перевороты	1,5
17	Перекаты и складки	1,5
18	Выпрыгивание в складку.	1,5
19	Комплекс ОРУ с утяжелителями	1,5
20	Строевые упражнения. ОФП	1,5
21	Парный переброс	1,5
22	Курбет	1,5
23	Курбет с возвышения	1,5
24	Курбет на возвышение	1,5
25	Курбет с насока	1,5
26	Вальсет	1,5
27	Стартовый разгон	1,5
28	Подъём разгибом с головы, с возвышения	1,5
29	Подъём разгибом с лопаток, с возвышения	1,5
30	Контрольный урок по теме: «Рондат с разгона». Темповой переворот вперёд	1,5
31	Темповой переворот вперёд через возвышение	1,5
32	Колесо с возвышения	1,5
33	Темповые перевороты.	1,5
34	Упражнение на силу	1,5
35	Упражнения на гибкость	1,5
36	Переворот вперёд на одну с возвышения - полёт	1,5
37	Колесо на одну с возвышения - полёт	1,5
38	Курбет с насока	1,5
39	Подготовительные упражнения для фляка.	1,5
40	Перевороты назад, с двух на две и уходом в перекат	1,5
41	Перевороты назад с возвышения	1,5
42	Подводящие упражнения для фляка	1,5
43	Парный переброс спина к спине	1,5
44	Фляк	1,5
45	Фляк с возвышения	1,5
46	Фляк на возвышение	1,5
47	Курбет-фляк	1,5
48	Курбет с возвышения, фляк	1,5
49	Стартовый разгон, рондат и ОФП	1,5
50	Рондат – фляк, скоростно-силовая тренировка	1,5
51	Контрольный урок по теме: «Темповые перевороты».	1,5
52	Рондат-фляк с разбега	1,5
53	Акробатические прыжки	1,5
54	Акробатические прыжки.	1,5
55	Упражнения на силу и гибкость.	1,5

56	Упражнения на силу и гибкость.	1,5
57	Повторение акробатических прыжков.	1,5
58	Упражнения на прыгучесть	1,5
59	Прыжки в глубину	1,5
60	Колонна	1,5
61	Лошадка	1,5
62	Колонна, соскоки	1,5
63	Колонна-лошадка	1,5
64	Лошадка-колонна	1,5
65	Контрольный урок по теме: «Прыжковая акробатика». Лошадка, спуск.	1,5
66	Промежуточная аттестация. Солдатик.	1,5
67	Рюкзак Домашнее задание на лето.	1,5
68	Игровая программа с элементами соревнований	1,5
	Итого	102

7 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
1.	Правила ТБ. Правила выполнения строевых упражнений. Строевые упражнения	1,5
2.	Комплекс ОРУ.	1,5
3.	Поза приземления, ОФП. Поза группировки	1,5
4.	Кувырок вперёд. Акробатический мост	1,5
5.	Стойка на голове.	1,5
6.	Кувырок назад через плечо	1,5
7.	Стойка на руках с помощью.	1,5
8.	Стойка на руках, махом	1,5
9.	Стойка на руках со шпагатами.	1,5
10.	Полуперевороты	1,5
11.	Перевороты.	1,5
12.	Маховые перевороты	1,5
13.	Перекаты и складки. Подъём разгибом	1,5
14.	Парный переброс. Прыжок в разножку с возвышения	1,5
15.	Перекат с разножкой. Парный перекат с разножкой	1,5
16.	Упражнения на прыгучесть	1,5
17.	Контрольный урок на тему: «Упражнения на взрывную силу».	1,5
18.	Перевороты.	1,5
19.	Комплекс ОРУ с утяжелителями. Выпрыгивание в складку.	1,5
20.	Строевые упражнения. ОФП. Парный переброс	1,5
21.	Курбет	1,5
22.	Курбет с возвышения	1,5
23.	Курбет на возвышение	1,5
24.	Курбет с наскока	1,5
25.	Вальсет. Стартовый разгон	1,5
26.	Подъём разгибом с головы, с возвышения	1,5
27.	Подъём разгибом с лопаток, с возвышения	1,5
28.	Темповой переворот вперёд. Темповой переворот вперёд через возвышение	1,5
29.	Темповой переворот с разбега Стойка на руках с разворотом	1,5
30.	Рондат с помощью. Рондат с места	1,5
31.	Рондат с возвышения	1,5
32.	Контрольный урок по теме: «Рондат – фляк».	1,5
33.	Колесо. Колесо с возвышения	1,5

34.	Темповые перевороты. Упражнение на силу	1,5
35.	Упражнения на гибкость	1,5
36.	Переворот вперёд на одну с возвышения – полёт	1,5
37.	Колесо на одну с возвышения – полёт	1,5
38.	Курбет с возвышения Курбет с наскока	1,5
39.	Подготовительные упражнения для фляка. Перевороты назад, с двух на две и уходом в перекат	1,5
40.	Перевороты назад с возвышения. Подводящие упражнения для фляка	1,5
41.	Парный переброс спина к спине	1,5
42.	Фляк	1,5
43.	Фляк с возвышения. Фляк на возвышение. Курбет-фляк	1,5
44.	Курбет с возвышения, фляк	1,5
45.	Медленный рондат, силовой. Рондат с разгона	1,5
46.	Стартовый разгон, рондат и ОФП	1,5
47.	Рондат – фляк, скоростно-силовая тренировка	1,5
48.	Комплекс упражнений на прыгучесть. Нарботка высоты прыжка	1,5
49.	Нарботка скорости разбега. Перекидка вперёд с возвышения с помощью.	1,5
50.	Перекидка вперёд с разбега. Боковая перекидка с возвышения	1,5
51.	Контрольный урок по теме: «Рондат – сальто назад»	1,5
52.	Боковая перекидка с разбега. Силовые и скоростно-силовые упражнения	1,5
53.	Повторение темповых переворотов. Рондат-фляк с разбега	1,5
54.	Акробатические прыжки. Упражнения на силу и гибкость.	1,5
55.	Повторение акробатических прыжков. Силовые упражнения	1,5
56.	Упражнения на прыгучесть Прыжки в глубину	1,5
57.	Поддержки и страховки	1,5
58.	Лошадка-колонна. Лошадка, спуск	1,5
59.	Солдатик. Рюкзак	1,5
60.	Парная силовая тренировка.	1,5
61.	Групповые статические силовые упражнения	1,5
62.	Упражнения на силу и гибкость.	1,5
63.	Комбинирование прыжков.	1,5
64.	Статическая и прыжковая аттестация.	1,5
65.	Промежуточная аттестация «Темповые перевороты и сальто».	1,5
66.	Повторение темы «Парные перебросы»	1,5
67.	Повторение темы «Фляки. Техника выполнения»	1,5
68.	Аттестация по итогам освоения программы	1,5
	Итого	102