

Управление образования администрации Павловского муниципального округа

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 10 г. Павлово

Рассмотрена и принята на
заседании педагогического совета
МАОУ СШ №10 г. Павлово
от 30.08.2024 №1

УТВЕРЖДЕНА
приказом МАОУ СШ №10 г. Павлово
от 02 сентября 2024г. № 300-д

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ОФП С ЭЛЕМЕНТАМИ ЛЫЖНЫХ ГОНОК»

Уровень – ознакомительный
Срок реализации – 1 года
Возраст учащихся – 7-8 лет

Автор-составитель:
Заплов Юри Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Павлово, 2024 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП с элементами лыжных гонок» разработана в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 г. №273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629.

В настоящее время в Российской Федерации сохраняются негативные тенденции в состоянии здоровья населения. Неслучайно забота о сохранении здоровья учеников становится предметом особого внимания педагогов. Программа дополнительного образования по начальной лыжной подготовке ориентирована на сохранение здоровья и формирование здорового образа жизни школьников.

Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье, является рациональная двигательная активность. Двигательные действия - это мощные факторы, повышающие адаптационные возможности организма, расширяющие функциональные резервы.

Одной из основных задач физического воспитания в школе, в том числе и занятий по лыжной подготовке, является формирование у учащихся двигательных навыков и умений. Двигательная деятельность весьма разнообразна. Выбор конкретных видов физических упражнений во многом зависит от склонностей каждого ребенка, его индивидуальных особенностей.

Актуальность программы. С целью повышения двигательного режима учащихся необходимо проводить дополнительные занятия по физической культуре и спорту во внеурочное время.

Следует помнить, что занятия на свежем воздухе приносят большой оздоровительный и закалывающий эффект. Разнообразие форм и методов спортивно-тренировочных занятий формируют у детей устойчивый интерес к посещению данного кружка.

В основе программы лежит принцип дифференциации и вариативности, что позволяет проводить занятия со смешанными и разновозрастными группами детей. Занятия лыжным спортом компенсируют недостаточную двигательную активность детей младшего школьного возраста, в результате происходит предотвращение многих заболеваний, совершенствуются функциональные возможности организма, повышается работоспособность.

Программа модифицирована и имеет физкультурно-спортивную направленность. Она ориентирована на применение широкого комплекса знаний по ранее изученным базовым учебным дисциплинам, в ней четко прослеживаются межпредметные связи.

Отличительная особенность данной образовательной программы от уже существующих программ в этой области заключается в том, что программа ориентирована на применение широкого комплекса различного дополнительного материала.

Программой предусмотрено, чтобы каждое занятие было направлено на овладение новейших тактических действий и приёмов и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата. а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Лыжные гонки позволяют развивать у обучающихся волевые качества, взаимопомощь, и в целом благоприятно влияют на организм занимающегося.

Приобретение технических и тактических навыков лыжников – процесс длительный и сложный, требующий учета всех особенностей детского организма.

Новизна программы заключается в том, что если направленное развитие двигательных качеств осуществляется в период их ускоренного возрастного развития, то педагогический эффект оказывается значительно выше, чем в период их замедленного роста. В связи с этим делается вывод о том, что целесообразно осуществлять направленное развитие тех или иных двигательных качеств у детей в те возрастные периоды, когда наблюдается их наиболее высокий естественный возрастной прирост.

Адресат программы. Набор детей осуществляется на добровольных началах, по желанию ребёнка, без учёта степени подготовленности, допущенные по состоянию здоровья врачом. Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста 7-8 лет.

Цель: создание условий для развития двигательной активности обучающихся, путем вовлечения их в регулярные занятия по лыжной подготовке.

Задачи:

Предметные

- научить основам техники передвижения на лыжах;
- научить умело, использовать рельеф местности при передвижении на лыжах;
- приучать использовать полученные знания и умения для самостоятельных занятий (наука быть здоровым);
- учить использовать в своей речи спортивную терминологию.

Метапредметные

- укрепить опорно-двигательный аппарат обучающихся посредством спортивных игр;
- совершенствовать функциональные возможности организма, навыки самоконтроля.

Личностные

- воспитывать у обучающихся чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

Объем и срок освоения, режим занятий. Программа «ОФП с элементами лыжных гонок» предназначена для детей в возрасте 7-8 лет и рассчитана на один год обучения. Занятия в первом году обучения проходят 1 раз в неделю по одному часу: 1 занятие по 40 минут.

Так же по программе «ОФП с элементами лыжных гонок» могут обучаться дети с ОВЗ и дети-инвалиды. Для них педагогом составляется индивидуальный образовательный маршрут.

Формы обучения. Одно из главных условий успеха обучения детей и развития их способностей – это индивидуальный подход к каждому ребенку. Важен и принцип обучения и воспитания в коллективе. Он предполагает сочетание коллективных, групповых, индивидуальных форм организации на занятиях.

Форма проведения занятий - групповая.

Основными формами занятий являются теоретические (беседы, лекции, просмотр видеоматериалов по спортивной тематике и др.) и практические занятия; тренинги; индивидуальные тренировочные занятия: занятия по индивидуальным планам; участие в спортивных соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях (эстафеты, игры, конкурсы, викторины и др.), проведение восстановительно-профилактических мероприятий.

Планируемые результаты.

Предметные

- устойчивый интерес к занятиям физической культурой, различным видам (или какому-либо виду) спортивной деятельности (лыжными гонками);
- общее понятие о значении спорта в жизни человека,
- знание основных видов передвижений на лыжах, общее представление о значимости занятиями лыжными гонками
- элементарные умения и навыки в различных видах физкультурно- спортивной деятельности, умение организовывать и проводить подвижные игры.
- по истечении срока обучения (1 год) по программе «Лыжные гонки», получив знания и навыки, занимающиеся имеют возможность применить их в различных спортивных, физкультурных направлениях.

Метапредметные

— навыки продуктивного сотрудничества (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных физкультурно-спортивных задач.

Личностные

- будут сформированы навыки здорового образа жизни, социальной активности;
- будут сформированы жизненно важные двигательные умения и навыки

По окончании обучения обучающиеся должны:

- передвигаться попеременным двушажным ходом, подниматься по склону «лесенкой», выполнять торможение «плугом»

- преодолевать расстояния в медленном темпе до 1,5 км
- уметь передвигаться на лыжах по пересеченной местности
- выполнять контрольные нормативы, соответствующие возрастным особенностям.
- составлять и выполнять комплексы утренней гигиенической гимнастики;
- проводить комплексы ОРУ, комплексы на развитие физических качеств самостоятельно;
- измерять ЧСС, определять режим нагрузки, направленность воздействия освоенных физических упражнений.
- готовить инвентарь к занятиям;
- регулировать величину нагрузки во время занятий (выбирать оптимальные параметры продолжительности нагрузки и отдыха)

Учебный план

№	Модуль	Количество часов			Форма промежуточной аттестации
		теория	практика	всего	
1	Теоретическая подготовка: Основы знаний по лыжной подготовке	2	2	4	Беседа, опрос
2	Специальная физическая подготовка	В процессе занятия	4	4	Анализ и самооценка
3	Общая физическая подготовка	В процессе занятия	6	6	Анализ и самооценка
4	Техническая подготовка	В процессе занятия	6	6	Анализ и самооценка
5	Подвижные игры	В процессе занятия	8	8	Анализ и самооценка
6	Кроссовая подготовка	В процессе занятия	4	4	Анализ и самооценка
7	Контрольные игры и участие в соревнованиях.	В процессе занятия	2	2	Анализ и самооценка
8	Промежуточная аттестация по итогам завершения обучения	1	1	2	Контрольные задания
ИТОГО:		3	33	36	

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ОФП с элементами лыжных гонок»
на 2024-2025 учебный год**

Комплектование групп проводится со 2 по 15 сентября 2024 года.

Продолжительность учебного года составляет 36 учебных недель. Учебные занятия в МАОУ СШ №10 г. Павлово начинаются со 2 сентября 2024 г. И заканчиваются 25 мая 2025 г.

Учебные занятия проводятся по понедельникам

Продолжительность занятий составляет один учебный час (академический час в МАОУ СШ №10 г. Павлово – 40 минут).

Каникулы: зимние каникулы с 30.12.2024 года по 12.01.2025 г.; летние каникулы с 26.05.2025 г. По 31.08.2025 г.

В каникулярное время занятия в объединениях не проводятся. Во время каникул учащиеся могут принимать участие в мероприятиях в соответствии с планами воспитательной работы педагогов дополнительного образования, а также в работе лагеря с дневным пребыванием детей «Минимакс».

Год обучения	сентябрь			октябрь			ноябрь			декабрь			январь			февраль			март			апрель			май			июнь	июль	август	Всего учебных недель/ часов						
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		1	2	3			
1 год обучения 1 группа	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	36/35

Условные обозначения:

Промежуточная аттестация – ■

Каникулярный период – ■

Ведение занятий по расписанию – ■

Проведение занятий не предусмотрено расписанием – ■

1 год обучения

Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ОФП с элементами лыжных гонок»

№	Название раздела, тем	Содержание тем		Количество часов		Форма текущего контроля
		Теоретическая часть	Практическая часть	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т/Б. Комплектование группы.	Вводное занятие. Инструктаж по Т/Б.		1	1	Предварительный
2	Теоретическая подготовка.	Лыжный инвентарь. Подбор палок и лыж. Переноска лыж и палок. Надевание лыж. Строевые упражнения. Одежда и обувь для занятий на лыжах. Подготовка, смазка лыж к учебно-тренировочным занятиям и соревнованиям. Правила безопасности на уроках лыжной подготовки и соблюдение правил дорожного движения при переходе к месту занятий. Оказание первой помощи при травмах и обморожении. Название разучиваемых упражнений и основы правильной техники. Элементы тактики лыжных гонок. Виды лыжного спорта. История развития лыжного спорта, спортсмены-лыжники, Олимпийские чемпионы из Республики Коми. Влияние		1 + В ходе каждого практического занятия	1	Устный опрос

		занятий лыжными гонками на укрепление здоровья. Режим и питание лыжника. Выносливость. Развитие выносливости во время самостоятельных занятий..				
3	Общая физическая подготовка.	Сведения о правильном выполнении физических упражнений и их влиянии на организм.	<p>Строевые упражнения: Построение и перестроения на месте. Повороты на месте и в движении. Размыкания в строю. Ходьба и бег в строю. Выполнение команды «Лыжи на плечо», «Лыжи под руку», «Лыжи к ноге», «На лыжи становись».</p> <p>Общеразвивающие упражнения: Общеразвивающие гимнастические упражнения для развития мышц и костно-связочного аппарата рук и плечевого пояса; Упражнения для развития мышц туловища; Упражнения для развития мышц и костно-связочного аппарата ног; Упражнения на растягивание, расслабление и координацию движений. Упражнения в равновесии; Легкоатлетические упражнения.</p> <p>Упражнения на лыжах для развития физических качеств: координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на</p>	В ходе каждого практического занятия	6	Текущий

			палки) выносливости: передвижения на лыжах в режиме умеренной интенсивности, повторное прохождение дистанции 20-40 метров в режиме большой интенсивности/50-70/ 80-100 скоростно-силовых качеств: скоростные передвижения на лыжах на дистанции до 200 м/400м/600м			
4	Специальная физическая подготовка.	Специальная физическая подготовка направлена на воспитание физических способностей, отвечающих специфическим требованиям избранного вида спорта.	Ходьба широким шагом. Передвижение, отталкиваясь одной ногой. В посадке лыжника имитация движений рук попеременного двухшажного хода, то же имитация движений бесшажного одновременного хода. Шаговая имитация с учебной целью.	В ходе каждого практического занятия	4	Текущий
5	Техническая подготовка.	Теоретические сведения по разделу даются на каждом занятии в зависимости от темы.	Передвижение ступающим и скользящим шагами; Попеременный двухшажный ход; Спуск в стойке устойчивости. Спуски в низкой, основной и высокой стойках; Подъемы «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой»; Повороты переступанием на месте/ в движении; Торможение падением. повороты переступанием; Непрерывное передвижение до /800м/1000м/1500м./	В ходе каждого практического занятия	6	Текущий
6	Подвижные игры	Правила игры и техники	Игры с мячом. Игры с бегом, с	В ходе	8	Текущий

		безопасности.	элементами сопротивления, с прыжками, с метанием. Игры на местности. Эстафеты встречные и круговые с преодолением препятствий. Игры и эстафеты с включением изученных упражнений. Игры и эстафеты с метанием в цель, с прыжками, с включением элементов спортивной игры. Лично-командные игры с ориентированием на местности.	каждого практич еского занятия		
7	Кроссовая подготовка	Техника выполнения бега, обучение правильному дыханию. Обучение самоконтролю.	Быстрая ходьба и бег по пересеченной местности	В ходе каждого практич еского занятия	4	
8	Контрольные игры и участие в соревнованиях.	Изучение положений о соревнованиях	Разбор соревнований по лыжным гонкам.	В ходе каждого практич еского занятия	2	Текущий
9	Промежуточная аттестация по итогам завершения обучения	опрос	Контрольное задание	1	1	Зачет

Методические и оценочные материалы

Условием эффективной подготовки учащихся является система педагогического контроля, позволяющая корректировать содержание тренировочного процесса, оценивать действенность применяемого комплекса средств и методов тренировочного занятия.

Определение уровня физической, технической и функциональной подготовленности, сопоставление его с программными требованиями позволяет индивидуализировать ход подготовки, выявить и своевременно устранить недостатки в методике тренировочного занятия.

Систематический сбор информации об успешности образовательного процесса, контроль над состоянием физического развития, физической подготовленности учащихся определяется каждым тренером-преподавателем самостоятельно путем проведения контрольных заданий по изученному материалу программы. Перечень и порядок проведения контрольных испытаний для учащихся, а также нормативные требования по общей, специальной физической и технической подготовке для учащихся спортивно-оздоровительного этапа, учитывают требования биологического возраста учащихся и скорректированы с учетом их возрастных особенностей. По окончании обучения Программы проводится итоговая аттестация.

Аттестация – это оценка уровня и качества освоения обучающимися образовательной программы по баскетболу (положение об учете индивидуальных достижений обучающихся).

Основной целью аттестации является выявление исходного и итогового уровня развития практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам данной образовательной программы.

Примерные виды аттестации: входной контроль и промежуточная аттестация по итогам завершения обучения.

Входной контроль (предварительная аттестация) – это оценка исходного уровня умений, обучающихся перед началом образовательного процесса (ежегодно).

Промежуточная аттестация по итогам завершения обучения – это оценка уровня достижений обучающимися, заявленных в образовательных программах по завершении всего образовательного курса программы.

Критерии оценки результативности определяются по трем уровням результативности: высокий, средний, низкий и не должны противоречить следующим показателям:

высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания образовательной программы;

средний уровень – успешное освоение воспитанником от 50% до 70% содержания образовательной программы;

низкий уровень – успешное освоение воспитанником менее 50% содержания образовательной программы.

В течение учебного года тренер-преподаватель осуществляет текущий контроль успеваемости учащихся. Текущий контроль осуществляется путем систематической проверки приобретенных умений и знаний учащимися в процессе обучения. Педагог следит за правильностью выполнения заданий по всем разделам Программы, за посещаемостью занятий.

Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по итогам завершения 1 года обучения.

1. Теоретическая подготовка – Опрос:

1. Перечислите основные способы передвижения на лыжах?
2. Как должен поступить лыжник на дистанции, если соперник, догнавший его, просит уступить ему лыжню?
3. Самый простой способ торможения на лыжах?
4. При обгоне лыжника подают сигнал?

5. Как называется вид спорта, сочетающий лыжные гонки со стрельбой?
6. В каком старте обычно используется интервал в 30 с?
7. На лыжи для классического хода парафин наносят на концы лыж или на всю скользящую поверхность?
8. Объясните основное назначение парафинов и лыжных мазей?
9. Назовите снежный покров, на котором отмечается лучшее скольжение.
10. Биатлон – это
11. В какой стране состоялись первые официальные соревнования по лыжным гонкам
12. Сноуборд – это
13. Как называются стойки спусков со склона
14. Крутые короткие подъемы лыжники преодолевает:
15. Каким ходом преимущественно преодолевают дистанцию биатлонисты?

Критерии оценивания опроса

Высокий уровень – учащийся полно излагает материал, допускается при ответе совершение 1-2 ошибок, дает правильное определение основных понятий.

Средний уровень - учащийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий, но допускает 3-5 ошибки, которые сам же исправляет.

Допустимый уровень – учащийся излагает материал неполно, допускает неточности в определении понятий или формулировках.

2. Практическая подготовка - Контрольное задание

Шкала оценки ОФП

возраст	уровень	ОФП					
		Бег 30 м. (сек.)		дев. : сгибание и разгибание рук в упоре лежа; юн.: подтягивание в висе (кол-во раз)		Прыжок в длину с места (см)	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
7	Высокий	6.3	6.7	4	4	130	123
	Средний	6.4	6.8	3	3	116	110
	Низкий	6.5	7.2	1	2	103	98
8	Высокий	6.2	6.8	4	6	145	132
	Средний	6.3	7.0	3	5	131	118
	Низкий	6.4	7.1	1	4	118	105

Шкала оценки СФП

возраст	уровень	СФП					
		Челночный бег 3x10м (сек)		Бросок мяча 1кг из-за головы двумя руками сидя (см)		Равномерный бег 6 мин (м.)	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
7	Высокий	8.9	9.0	230	200	1100	900
	Средний	9.0	9.1	215	180	900	800
	Низкий	9.1	9.2	200	165	700	650
8	Высокий	8.8	8.9	265	220	1150	950
	Средний	8.9	9.0	245	190	950	850
	Низкий	9.0	9.1	220	170	750	700

Шкала оценки ТП

возраст	уровень	ТП		
		До 12 лет -1000м свободным стилем; С 13 лет -2000м свободным стилем (мин, сек)	Поворот переступанием в движении на дистанции 200м (сек)	Одновременный-бесшажный ход дистанция 200м. (зачет) время с учетом роста личных показателей (спортивно-оздоровительный этап)

		юн	дев	юн	дев	Зачет/не зачет
7	<i>Высокий</i>	9.00	9.30	1.85	2.05	
	<i>Средний</i>	9.30	10.00	2.0	2.20	
	<i>Низкий</i>	10.00	10.30	2.20	2.35	
8	<i>Высокий</i>	8.30	9.00	1.75	1.85	
	<i>Средний</i>	9.00	9.30	1.80	2.0	
	<i>Низкий</i>	9.30	10.00	2.00	2.15	

Методические материалы

№	Раздел или тема программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Техническое оснащение занятия
1	Теоретическая подготовка.	Теоретическое занятие	Рассказ Наблюдение за соревнованиями Просмотр аудио и видео материала.	Методические пособия по лыжным гонкам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Аудио и видео материалы по теме. Презентация по теме. Карточки с заданиями.
2	Общая физическая подготовка.	Теоретические и практические занятия	Наблюдение, отработка, спортивные игры, обсуждения	Методические пособия по лыжным гонкам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Презентация по теме. Необходимый спортивный инвентарь
4	Специальная физическая подготовка.	Теоретические и практические занятия	Наблюдение, отработка, спортивные игры, обсуждения	Методические пособия по лыжным гонкам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Презентация по теме. Необходимый спортивный инвентарь, лыжная экипировка
5	Техническая подготовка.	Теоретические и практические занятия	Наблюдение, отработка, спортивные игры, обсуждения	Методические пособия по лыжным гонкам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Презентация по теме. Необходимый спортивный инвентарь, лыжная экипировка
6	Подвижные игры	Теоретические и практические занятия	Наблюдение, отработка, спортивные игры, обсуждения	Методические пособия по лыжным гонкам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Презентация по теме. Необходимый спортивный инвентарь, лыжная экипировка
7	Кроссовая подготовка	Теоретические и практические занятия	Наблюдение, отработка, спортивные игры, обсуждения	Методические пособия по лыжным гонкам, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Презентация по теме. Необходимый спортивный инвентарь, лыжная экипировка
8	Контрольные игры и участие в соревнованиях.	Теоретические и практические занятия	Наблюдение, отработка, спортивные игры, обсуждения, соревнования, судейство	Методические пособия по баскетболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Аудио и видео материалы по теме. Презентация по теме. Карточки с заданиями.

9	Промежуточная аттестация по итогам завершения обучения	Теоретические и практические занятия	Опрос, выполнение контрольного задания	Материалы для подготовки к промежуточной аттестации по итогам завершения обучения

Материально-техническое обеспечение программы.

Материально - техническое обеспечение должно соответствовать определенным нормам и требованиям. Инвентарь должен быть хорошего качества, отвечающая современным запросам общества.

Для занятий необходимо:

- Спортивная форма для улицы: куртка, шапка, брюки, перчатки
- Лыжи гоночные, палки лыжные, ботинки лыжные, чехол для лыж
- Для проведения занятий педагогу необходимо:
- Зал для занятий (ОФП) в морозную погоду;
- Спортивная экипировка;
- Свисток;
- Лыжный инвентарь
- Инвентарь (мячи б/больные, теннисные, волейбольные, фишки, конусы и

т.п.)

Требования к одежде при занятии лыжным спортом.

Одежда для занятий на лыжах или коньках должна быть лёгкой, тёплой, не стесняющей движений. Занятия лыжной подготовки должны проводится при температуре не ниже - 15° С со скоростью ветра не более 3м/сек. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру: тесная или очень свободная обувь может привести к потертостям или травме. Надевать обувь лучше на два носка. Носки должны быть сухими. Одежда на занятиях лыжной подготовкой должна защищать от холода и ветра, быть легкой, удобной. Чтобы не застудить поясницу, следует надеть длинный свитер. Запрещается заниматься без головного убора. Следует надеть спортивную шапочку, прикрывающую уши, а на руки - варежки. Нельзя раздеваться во время передвижения на лыжах по дистанции (это приведет к простуде). Лучше снять лишнюю одежду до начала лыжной гонки, а после ее завершения надеть вновь.

Список литературы и средств обучения

Нормативная правовая документация

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (действующая редакция).
2. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
6. Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 "О направлении методических рекомендаций". Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

8. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

9. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. р (ред. от 30.03.2020).

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

11. Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).

12. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).

13. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

14. Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

15. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

16. Распоряжение Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

17. Устав и нормативно-локальные акты МАОУ СШ №10 г.Павлово.

Список литературы

1. Аграновский М.А. Лыжный спорт: Учебник для ИФК.- М.: физкультура и спорт, 1980.
2. Бутин И.М. Лыжный спорт: Учебник для студентов педагогических институтов. - М: Просвещение, 1983.
3. Гурская Л.А. Организация, содержание и проведение лыжной подготовки в общеобразовательной школе: Учебное пособие для студентов академий и институтов физической культуры, учителей физической культуры, общеобразовательных школ. - Смоленск: СГИФК, 1996.- 73с.
4. Гурский А.В., Ермаков В.В., Кобзева Л.Ф., Рыженкова Л.И. лыжные гонки: Учебное пособие для преподавателей и студентов институтов физической культуры, тренеров и спортсменов /СГИФК.-Смоленск, 1990.
5. Игры на лыжах: Методические рекомендации для студентов институтов физической культуры, учителей школ и тренеров ДЮСШ. – Смоленск :СГИФК, 1993.
6. Кващук В.П. Лыжные гонки: Примерная программа для системы дополнительного
7. Контроль за физическими качествами: Методические рекомендации. - Смоленск: СГИФК, 1988.- 19с.
8. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Пер. с венгер.-М: Радуга, 1982.
9. Лыжная подготовка в школе: 1-11 кл.: Метод. пособие. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001.
образования детей: ДЮСШ, СДЮСШОР / В.П.Кващук– М.: Советский спорт, 2013.
10. Ромашова Л.Т., Тухватулин Р.М., Комарова Т.К., Корневская Г.П., Пирог А.В. Планирование учебной работы по физической культуре в общеобразовательной школе: Учебное пособие для преподавателей, методистов, студентов институтов физической культуры, учителей физической культуры общеобразовательных школ. - Смоленск: СГИФК, 1993.