

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00EF7899CEE670F885DFF52528EE27C52A
Владелец: Морозова Лилия Рееватовна
Действителен: с 03.06.2026 до 27.08.2027

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «28» августа 2026 г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО ЦДТ
И.Р.Морозова
Приказ № 262 «28» августа 2026 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ЛЯГУШАТА»

Срок реализации программы: 2 года, 324 часа в год
Возрастная категория: от 7 до 10 лет

Автор-составитель:
Педагог дополнительного образования
Трофимова Ольга Викторовна

г. Щёкино,

2026 г.

Рабочая программа «Лягушата» разработана на 2026 – 2027 учебный год в соответствии:

с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 26.07.2019 г.)

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21.Санитарные правила и нормы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 № 62296);

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и является структурным элементом дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лягушата». Принята на заседании педагогического совета - Протокол №1 от 28 августа 2026 года.

Рабочая программа «Лягушата» отражает особенности обучения объединения в 2026-2027 учебном году в соответствии с планом работы МБУ ДО «ЦДТ», расписанием занятий и количеством учебных недель в году.

В календарно - тематический план могут быть внесены изменения педагогом в течение учебного года в соответствии с рабочей необходимостью и приказом директора по учреждению.

Цель рабочей программы - планирование, организация и управление учебно-воспитательным процессом в объединении в ходе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Задачи программы:

- определить содержание, объем, порядок реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лягушата».
- обеспечить успешность реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лягушата».

Уровень сложности рабочей программы	Базовый
База, на которой реализуется программа	ФОК, г. Щекино, Гагарина 11
№ группы	1
Возраст обучающихся группы	7 лет
Направленность программы	Физкультурно-спортивная направленность
Наличие медицинского заключения	<u>Медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для обучающихся имеется</u>
Адаптация программы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	Не адаптирована
Нормативный срок обучения по программе	2 года
Режим работы объединения (в соответствии с расписанием)	ПН 13.55-14.35 СР 13.55-14.35 ПТ 13.55-14.35 14.35-15.15
ФИО педагога	Орлова Светлана Владимировна
Квалификационная категория	б/к
Форма обучения	Очная
Применение дистанционных технологий	Не применяются
Форма организации образовательной деятельности	Групповая
Количество обучающихся в группе	15 человек

Рабочая программа «Лягушата» разработана на 2026 – 2027 учебный год в соответствии:

с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 26.07.2019 г.)

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (вместе с «СанПиН 1.2.3685-21.Санитарные правила и нормы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 № 62296);

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и является структурным элементом дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лягушата». Принята на заседании педагогического совета - Протокол №1 от 28 августа 2026 года.

Рабочая программа «Лягушата» отражает особенности обучения объединения в 2026-2027 учебном году в соответствии с планом работы МБУ ДО «ЦДТ», расписанием занятий и количеством учебных недель в году.

В календарно - тематический план могут быть внесены изменения педагогом в течение учебного года в соответствии с рабочей необходимостью и приказом директора по учреждению.

Цель рабочей программы - планирование, организация и управление учебно-воспитательным процессом в объединении в ходе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Задачи программы:

- определить содержание, объем, порядок реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лягушата».
- обеспечить успешность реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лягушата».

Уровень сложности рабочей программы	Базовый
База, на которой реализуется программа	ФОК, г. Щекино, Гагарина 11
№ группы	2
Возраст обучающихся группы	8 лет
Направленность программы	Физкультурно-спортивная направленность
Наличие медицинского заключения	<u>Медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для обучающихся имеется</u>
Адаптация программы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	Не адаптирована
Нормативный срок обучения по программе	2 года
Режим работы объединения (в соответствии с расписанием)	ПН 14.35-15.15 15.15-15.55 СР 14.35-15.15 15.15-15.55 ПТ 15.15-15.55
ФИО педагога	Орлова Светлана Владимировна
Квалификационная категория	б/к
Форма обучения	Очная
Применение дистанционных технологий	Не применяются
Форма организации образовательной деятельности	Групповая
Количество обучающихся в группе	15 человек

Календарно-тематический план на 2024-2025 уч. г. ПДО ОРЛОВА С.В. по программе «ПЯГУШАТА» 5 часов в неделю 2 год обучения (пн, ср, пт) 2 группа

№ п.п.	Содержание занятий	Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		ИТОГО
		Т	П	Т	П	Т	П	Т	П	Т	П	Т	П	Т	П	Т	П	Т	П	
1	Теоретические знания																			
1.1	Гигиена спортивного плавания	1														1				2
1.2	История развития плавания									1				1						2
1.3	Техника спортивного плавания					2														2
1.4	Значение занятий спортом			1								1								2
1.5	Техника безопасности при занятиях плаванием	1								1				1			1			4
1.6	Режим дня спортсмена							1												1
1.7	Строение и функции организма человека							1				1								2
2.	Практические знания. Специальная физическая подготовка																			
2.1	Упражнения на суше		1		2		2		2				2		2		2		1	14
2.2	Совершенствование техники кроля на груди. Упражнения для совершенствования движений ногами и дыхания		2								2				2					6
2.3	Упражнения для совершенствования движений руками и дыхания		2				2		2		2				2					8
2.4	Упражнения для совершенствования общего согласования движений		2				2		2		2				2		2		1	13
2.5	Совершенствование техники кроля на спине. Упражнения для совершенствования движений ногами		2				2		2		2		1							7
2.6	Упражнения для совершенствования движений руками		2							2			1							5
2.7	Упражнения для совершенствования общего согласования движений		2		2						1		2			2		1		8
2.8	Совершенствование техники брасса. Упражнения для совершенствования движений ногами и дыхания				2				4						2					8
2.9	Упражнения для совершенствования движений руками и дыхания				2				2						2					6
2.10	Упражнения совершенствования общего согласования движений				2				2						2		4	2		12
2.11	Упражнения для изучения техники дельфина.						2		2				2							6
2.12	Упражнения для изучения движений ногами и дыхания						2		2				2							6
2.13	Упражнения для изучения движений руками и дыхания						2										2	2		6
2.14	Упражнения для изучения общего согласования движений																			
2.15	Упражнения совершенствования техники стартов. Стартовый прыжок с тумбочки		2		2				2		2				1		1		1	10
2.16	Старт из воды		1		2								1					2		6
2.17	Упражнения для совершенствования техники поворотов		1		2								1			3		1		10
2.18	Упражнения для совершенствования плоского поворота в кроле на груди																			
2.19	Упражнения для изучения поворота «маятником» в брассе и дельфине				2		2								2		2		2	10
2.20	Игры на воде		1		2						1		2				2		2	12
3.	Контрольное выполнение нормативов. Мероприятия, посвященные государственным праздникам		2																	10
3.1	Контрольное выполнение нормативов. Мероприятия, посвященные государственным праздникам		2	20	1	20	2	18	2	20	2	13	2	16	2	20	1	20	1	17
ИТОГО	ИТОГО	22	22	21	21	20	20	22	22	15	15	18	18	22	22	21	21	18	18	179ч