Управление образования администрации города Бузулука

Оренбургской области

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение

города Бузулука

«Средняя общеобразовательная школа № 6 имени А.С.Пушкина»

|  |  |
| --- | --- |
| Согласована на заседании  методического совета  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г.  Протокол №\_\_\_\_ | Утверждаю:  Директор МОАУ «СОШ № 6»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Долгих Н.Н.  Приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_ 2025 г. |

**«Рекордсмен»**

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности

Возраст детей: 7-17 лет

Срок реализации: 1 месяц

|  |  |
| --- | --- |
|  | Автор-составитель:  Вернигорова Светлана Викторовна, учитель начальных классов первой квалификационной категории |

г. Бузулук, 2025 **Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1.1. | Пояснительная записка | 3 |
| 1.1.1. | Направленность программы | 3 |
| 1.1.2. | Уровень освоения программы | 3 |
| 1.1.3. | Актуальность программы | 3 |
| 1.1.4. | Отличительные особенности программы | 3 |
| 1.1.5. | Адресат программы | 4 |
| 1.1.6. | Объем и сроки реализации программы | 4 |
| 1.1.7. | Формы организации образовательного процесса | 4 |
| 1.1.8. | Режим занятий | 4 |
| 1.1.9. | Особенности организации образовательного процесса | 4 |
| 1.2. | Цель и задачи программы | 5 |
| 1.3. | Содержание программы | 5 |
| 1.3.1. | Учебный план | 5 |
| 1.3.2. | Содержание учебного плана | 7 |
| 1.4. | Планируемые результаты | 8 |
| II. | Комплекс организационно-педагогических условий | 10 |
| 2.1. | Календарный учебный график | 10 |
| 2.2. | Условия реализации программы | 12 |
| 2.3. | Формы контроля и аттестации | 12 |
| 2.4. | Оценочные материалы | 14 |
|  | Список литературы | 16 |
|  | Приложение | 17 |

1. **Комплекс основных характеристик программы**
   1. **Пояснительная записка**

**1.1.1 Направленность программы**

Данная программа является тематической, спортивно-оздоровительной направленности. Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников, но далеко не все родители могут предоставить своему ребенку полноценный, правильно организованный отдых. Каждому родителю хочется, чтобы ребёнок на каникулах был занят какой-либо деятельностью.

Система образования по-прежнему остается главным организатором занятости, отдыха и оздоровления детей. Летняя занятость детей сегодня – это не только социальная защита, это еще и пространство для творческого развития, обогащения духовного мира и интеллекта ребенка, что создает условия для социализации молодого человека с учетом реалий современной жизни.

Функционирование летней оздоровительной площадки при школе позволяет получить значительный оздоровительный эффект за счет целесообразного планирования оздоровительных мероприятий, умелой их организации, грамотного подбора кадров, умеющих обеспечить индивидуальный подход к детям, позволит реализовать основные направления деятельности по их оздоровлению.

При создании программы летней тематической площадки мы исходили из ряда достаточно простых, но и вместе с тем весьма важных оснований, которые мы и приводим:

1.      Летняя тематическая площадка помогает использовать период летнего отдыха учащихся для укрепления здоровья, развития физических, духовных сил, обогащения знаниями и новыми впечатлениями.

2.      Такая форма активного отдыха содействует развитию и сплочению, как временного детского коллектива, так и создает основу для развития социального интеллекта учащегося и применения полученного опыта взаимодействия в любом коллективе, в том числе в последующей учебной деятельности.

3.    Большая роль отводится организации занятости детей в летний период времени, как  к мощной форме против безнадзорности, асоциального поведения подростков.

**1.1.2 Уровень усвоения программы**

Программа реализуется на стартовом уровне, содержание которого обучающиеся осваивают последовательно. Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

**1.1.3. Актуальность программы**

Данная программа «Рекордсмен» построена с учетом досуговых предпочтений подростков, создает оптимальные условия для реализации потребностей в самосовершенствовании, самоактуализации и творческого взаимодействия временного детского коллектива.

**1.1.4. Отличительные особенности программы**

Отличительные особенности данной программы от программ данной направленности является разноплановая деятельность, объединяющая различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей. Данная программа может быть использована для детей с ОВЗ посредством индивидуального образовательного маршрута, обеспечивающим «освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося». При реализации дополнительной общеобразовательной программы допускается применение электронного обучения и использование дистанционных образовательных технологий.

**1.1.5. Адресат программы**

Программа ориентирована на учащихся среднего звена 7-17-ти лет и учитывает возрастные и психологические особенности обучающихся.

В данном возрастном периоде начинается интенсивное нравственное и социальное формирование личности. Подросток пытается определить свою роль и место в социуме. В общении как ведущем виде деятельности на первое место выходит потребность в признании и самоутверждении в среде сверстников. Для реализации этой потребности подросток старается найти вне школы новую сферу.

Личностные ориентиры подростка еще очень неустойчивы. Часто встречается безоглядность увлечения, когда ситуативный интерес вдруг приобретает сверхценный характер. Поэтому решающая роль в этом случае принадлежит правильно организованному воспитанию, формированию аксиологического ядраности базовых национальных ценностей. В интеллектуальной деятельности усиливаются индивидуальные различия, активизируется самостоятельное мышление и творческий подход к решению задач, что позволяет рассматривать данный период как сензитивный для развития творческого мышления.

В сфере волевых качеств повышается уровень способности сознательно добиваться поставленной цели, готовности к сложной деятельности, настойчивости в преодолении препятствий. Мотивы учения связаны в большей степени с интересом к работе, самостоятельным трудом и ситуацией успеха. В отдаленной перспективе намечается проблема выбора профессии.

На данном возрастном этапе материал программы наиболее целесообразен и эффективен для развития высших психических функций: мышления, речи. Решение практических задач в процессе работы над проектами актуализируют логическое мышление, способствует его восхождению на качественно новый этап. Возрастающая способность в данном возрастном периоде к абстрактному мышлению позволяет учащемуся мыслить знаками различных знаковых систем, понимать научные идеи. Деловые и ролевые игры, защита индивидуальных и коллективных проектов благоприятно сказываются на развитии речевых способностей и формируют мотивацию к выбору профессий, связанных с научной и исследовательской деятельностью.

Наполняемость групп – 15 человек. Обучение ведется в группах как одновозрастных, так и разновозрастных группах согласно локальному акту.

Условия приема учащихся: принимаются все желающие на основании заявления.

**1.1.6. Объём и сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на 1 месяц обучения, реализуется в объеме 6 часов (стартовый уровень)

**1.1.7. Формы организации образовательного процесса.**

Форма обучения - очная. Форма организационной деятельности – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом. Форма проведения: спортивно-развлеательные мероприятия, сортивные и подвижные игры.

**1.1.8. Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу согласно локальному акту. Занятие продолжается 1 академический час (40 мин).

**1.2.Цель и задачи программы**

**Цель программы:** организация отдыха, занятости и оздоровления учащихся школы Для реализации обозначенных целей программа предполагает решение следующих ***задач:***

**Воспитывающие:** формирование у детей ценностного отношения к себе, к своему здоровью и здоровью окружающих людей

**Развивающие: р**азвитие творческих и созидательных способностей ( формировать устойчивые навыки самоанализа результатов и постановки цели; развивать мышление. находчивость и активность; формирование чувства такта, культуры общения в коллективе, инициативу , взаимопомощь и трудолюбие).

**Обучающие:** знакомство учащихся с различными видами спорта

**1.3. Содержание программы**

**1.3.1. Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***п/п*** | ***Названия***  ***разделов, тем*** | ***Количество часов*** | | |
| ***Всего*** | ***Теория*** | ***Практика*** |
| **1.** | **Упражнения на развитие быстроты, эстафеты.** | **2** | **1** | **1** |
| **2.** | **Бег на короткие дистанции, низкий старт.** | **1** |  | **1** |
| **3.** | **Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега.** | **1** | **1** |  |
| **4.** | **Прыжок в длину с места, с разбега.** | **1** |  | **1** |
| **5.** | **Игра «Запрещённое движение».** | **1** |  | **1** |
|  | **Итого:** | **6 ч.** | **2 ч.** | **4 ч.** |

**1.3.2. Содержание учебного плана**

**Раздел 1. Упражнения на развитие быстроты, эстафеты.**

Теория. Вводное занятие. Инструктаж. Составление маршрутного листа.

Практика. Командные эстафеты на свежем воздухе «Веселое многоборье».

**Раздел 2. Бег на короткие дистанции, низкий старт.**

Практика. Марафон здоровья – легкоатлетическое многоборье

**Раздел 3. Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега.**

Практика. Командные эстафеты на свежем воздухе «Веселое многоборье».

Соревнования «Веселая скакалка».

**Раздел 4. Прыжок в длину с места, с разбега.**

Практика: День прыгуна.

**Раздел 5. Игра «Запрещённое движение».**

Практика. Акция «Беговым дорожкам – заботу и внимание!»

**1.4 Планируемые результаты**

**Личностные результаты** отражают готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций:

**1.Гражданско - патриотического воспитания:**

* осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр;
* активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны;
* неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;
* понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;
* знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми;
* готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;
* активное участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях образовательной организации, района, родного края, страны как в качестве участника, так и в качестве судьи, волонтера.

**2.Духовно-нравственного воспитания**:

* ориентация на моральные ценности и основные нормы, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России;
* придерживаться социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
* осознание ценности духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к физической культуре, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры;
* пропагандировать и поощрять этические нормы организации честной, справедливой игры в спорте, что исключает акты насилия, обмана, использования запрещенных стимуляторов (допингов), а также любых форм эксплуатации в попытке добиться победы;
* повышение духовно-нравственного поведения, связанного с проявлением в спорте таких общечеловеческих моральных ценностей, как честность, справедливость, благородство.

**3.Эстетического воспитания:**

* формирование эстетического и этического сознания через освоение культуры движения и культуры тела;
* понимание ценности здорового и безопасного образа жизни;
* формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;
* осознание важности физической культуры и спорта как средства коммуникации и самовыражения.

**4.Физического воспитания:**

* формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни;
* ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
* осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
* способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
* умение принимать себя и других, не осуждая;
* умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;
* сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

**5.Трудового воспитания:**

* установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;
* уважение к труду и результатам трудовой деятельности.

**6.Экологического воспитания:**

* экологически целесообразного отношения к природе как источнику жизни на Земле, основе её существования, понимания ценности здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к собственному физическому и психическому здоровью, осознания ценности соблюдения правил безопасного поведения при использовании спортивного инвентаря и оборудования в спортивных залах и на открытых спортивных площадках;
* способности применять знания для решения задач, связанных с окружающей природной средой, повышения уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения посредством участия в экологических проектах сферы физической культуры и спорта.

**7.Ценности научного познания:**

* ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
* овладение основными навыками исследовательской деятельности в области
* использование доступного объема специальной терминологии.

**Метапредметные результаты**

* умение самостоятельно определять цели в 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 познава­тельных задач;
* умение соотносить свои действия с планируемыми ре­зультатами,
* осуществлять контроль своей деятельности в про­цессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
* владение основами самоконтроля, самооценки, приня­тия решений и осуществления осознанного выбора в познавательной деятельности;
* умение организовывать учебное сотрудничество и совме­стную деятельность с педагогом и сверстниками;
* 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.

Метапредметные результаты проявляются в различных об­ластях культуры.

*В области познавательной культуры:*

* понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возмож­ности выбора профессиональной деятельности и обеспечива­ющего длительную творческую активность;
* понимание физической культуры как средства организа­ции и активного ведения здорового образа жизни, профилак­тики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

*В области нравственной культуры:*

* бережное отношение к собственному здоровью и здо­ровью окружающих, проявление доброжелательности и отзыв­чивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
* проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
* ответственное отношение к порученному делу, проявле­ние дисциплинированности и готовности отстаивать соб­ственные позиции, отвечать за результаты собственной дея­тельности.

*В области трудовой культуры:*

* приобретение умений планировать, контролировать и оценивать свою деятельность, организовывать места заня­тий и обеспечивать их безопасность;
* закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе своей деятельности посред­ством активного использования занятий физическими упраж­нениями, гигиенических факторов и естественных сил приро­ды для профилактики психического и физического утомления.

*В области эстетической культуры:*

* знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;
* понимание культуры движений человека, постижение значения овладения

жизненно важными двигательными уме­ниями и навыками, исходя из целесообразности и эстетиче­ской привлекательности;

* восприятие спортивного соревнования как культурно- массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

*В области коммуникативной культуры:*

* владение культурой речи, ведение диалога в доброжела­тельной и открытой форме, проявление к собеседнику вни­мания, интереса и уважения;
* владение умением вести дискуссию, обсуждать содержа­ние и результаты совместной деятельности, находить компро­миссы при принятии общих решений;
* владение умением логически грамотно излагать, аргу­ментировать и обосновывать собственную точку зрения, до­водить её до собеседника.
* *В области физической культуры:*
* владение способами организации и проведения разнооб­разных форм занятий физическими упражнениями, их плани­рования и наполнения содержанием;
* владение способами наблюдения за показателями инди­видуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, исполь­зования этих показателей в организации и проведении само­стоятельных форм занятий.

**Предметные результаты**

* приобретение опыта организации самостоятельных сис­тематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
* освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах;
* обогащение опыта совместной деятельности в орга­низации и проведении занятий и форм активного отдыха и досуга;
* формирова­ние умения определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнени­ями с разной целевой ориентацией;
* -формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим своей деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использо­вать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

*Предметные результаты*, так же как личностные и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

* знания о здоровом образе жизни, его связи с укрепле­нием здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового обра­за жизни.

*В области нравственной культуры:*

* способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражне­ниями, доброжелательное и уважительное отношение к участ­никам с разным уровнем их умений, физических способно­стей, состояния здоровья;
* умение взаимодействовать с свер­стниками, оказывать им помощь при освоении новых двига­тельных действий, корректно объяснять и объективно оцени­вать технику их выполнения;

*В области трудовой культуры:*

* умение подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

*В области эстетической культуры:*

* умение организовывать самостоятельные занятия с ис­пользованием физических упражнений по формированию те­лосложения и правильной осанки, культуры движений, подбирать комплексы фи­зических упражнений и режимы физической нагрузки в зави­симости от индивидуальных особенностей физического развития.

*В области коммуникативной культуры:*

* способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие по­нятия и термины;
* способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.

*В области физической культуры:*

* способность отбирать физические упражнения, естест­венные силы природы, гигиенические факторы в соответ­ствии с их функциональной направленностью;
* составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоро­вительной гимнастики, использования закаливающих проце­дур, профилактики нарушений осанки, улучшения физиче­ской подготовленности.

1. **Комплекс организационно- педагогических условий**

**2.1 Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Дата | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Название раздела, темы | Место проведения | Формы контроля и/или аттестации |
| 1. |  |  |  | 1 | Упражнения на развитие быстроты, эстафеты. Вводное занятие. Инструктаж. Составление маршрутного листа. |  | опрос |
| 2. |  |  |  | 1 | Командные эстафеты на свежем воздухе «Веселое многоборье». |  | Соревнования, игры |
| 3. |  |  |  | 1 | Бег на короткие дистанции, низкий старт. Марафон здоровья – легкоатлетическое многоборье |  | Соревнования, игры |
| 4 |  |  |  | 1 | Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега. Командные эстафеты на свежем воздухе «Веселое многоборье».  Соревнования «Веселая скакалка». |  | Соревнования, игры |
| 5 |  |  |  | 1 | Прыжок в длину с места, с разбега. День прыгуна |  | Соревнования, игры |
| 6 |  |  |  | 1 | Игра «Запрещённое движение».Акция «Беговым дорожкам – заботу и внимание!» |  | Соревнования, игры |
|  |  |  |  |  | Итого: 6 часов |  |  |

**2.2. Условия реализации программы**

*Материально - техническое обеспечение:*

помещение для занятий соответствует требованиям СанПиН, в помещении находятся стандартные учебные столы и стулья, соответствующие ростовой группе, стол и стул для педагога.

*Перечень оборудования, инструментов, материалов, необходимых для работы:*

- футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи;

- скакалки, фишки, стойки;

* наглядные пособия (альбомы, цветные мелки и карандаши, иллюстрации).

*Информационное обеспечение*:

видео-, интернет источники.

*Кадровое обеспечение:*

педагог дополнительного образования, имеющий высшее, направленность которого соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы, 1 квалификационная категория.

*Необходимые умения:*

* владеет формами и методами обучения;
* использует специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе одаренных обучающихся;
* организовывает различные виды внеурочной деятельности: игровую, культурно - досуговую;
* регулирует поведение обучающихся для обеспечение безопасной образовательной среды;
* реализовывает современные формы и методы воспитательной работы, как на занятиях, так и во внеурочной деятельности, ставит воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, независимо от их способностей;
* общается с детьми, признавая их достоинство, понимая и принимая их;
* планирует взаимодействие с родителями;
* организовывает совместную деятельность детей и взрослых при проведении занятий и досуговых мероприятий.

*Обладает:*

* необходимыми знаниями преподаваемого предмета;
* основными закономерностями возрастного развития;
* основными методиками преподавания, видами и приемами современных педагогических технологий;
* путями достижения образовательных результатов и способами оценки результатов обучения.

**2.3 Формы аттестации/контроля**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Рекордсмен» непредусматривает ведение текущего контроля. Данная программа краткосрочная, поэтому итоговая аттестация учащихся не предусматривается.

Форма отслеживания результатов усвоения программы предполагает:

* педагогическое наблюдение — при выполнении практических приемов обучающимися;
* педагогический мониторинг - проверка терминологии и усвоение практических навыков работы, ведение журнала учета.

**2.4. Оценочные материалы**

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Планируемые результаты** | **Диагностические методики и задания** |
| **Личностные** | Анкета для оценки уровня мотивации (адаптация методики Н.Г. Лускановой) Шкала выраженности учебно-познавательного интереса по (Г.Ю. Ксензовой) Опросник мотивации (адаптация модифицированного варианта Т.А.Нежновой/ Д.Б.Эльконина/ А.Л. Венгера) |
| **Метапредметные** | Ролевая игра «НИИ» Определение уровня сформированности познавательных УУД (Методика «Кодирование» (адаптация 11 субтеста Векслера в версии А.Ю. Панасюка) Определение уровня сформированности коммуникативных УУД (Методика «Кто прав?» (Г.А. Цукерман) |
| **Предметные** | Соревнования, марафоны, игры |

**2.5.Методические материалы**

Обучение по данной программе предполагает использование различных методов и приемов обучения.

Объяснительно - иллюстративный метод (беседа, рассказ, практическая работа (групповая и индивидуальная), самостоятельная работа обучающихся).

Репродуктивный метод (повторение, замедленный показ).

Выбор методов обучения зависит от темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшем взаимодействии при создании положительной мотивации, актуализации интереса.

Краткосрочная летняя дополнительная образовательная программа предусматривает вариативность использования некоторых педагогических технологий:

* традиционных (технология личностно-ориентированного и развивающего обучения);
* современных технологий: здоровьесберегающие, информационные.

При организации мероприятий используются следующие методы обучения:

* беседы с элементами разнообразной тематики (патриотические, исторические, познавательные);
* конкурсы (спортивные, развлекательные);
* подвижные игры;
* общественно полезная деятельность;
* спортивные соревнования в игровой форме (общеразвивающие, эстафеты).

В процессе обучения рекомендуется использовать технологии, позволяющие кроме обучения, развития ребенка, формировать его личностные качества, убеждения и жизненную позицию. На занятиях могут использоваться одновременно несколько технологий: развивающего обучения, информационные и здоровьесберегающие.

Занятия могут иметь различные формы проведения: беседа, практическое занятие, игра, соревнование.

**2.6. Список литературы**

Основная литература:

1. Арсенина Е.Н. Возьми с собою в лагерь: Игры, викторины, конкурсы, инсценировки, развлекательные мероприятия. - 2014, - 183 с.
2. Гринченко И.С. Игровая радуга. 2015.

Дополнительная литература:

1. .Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Материал авторских смен. - 2007, - 282 с.
2. .Зинатулин С.Н. Целебная энергия дыхания. Оздоровление организма. - М.: Издательство Айрис-Пресс, 2006 г. - 256 с.

Нормативные документы:

1.Закон Российской Федерации от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации».

1. .Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04009.2014 г. № 1726 -р.
2. .Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.11.2018 г. № 196 «Об утверждении организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. .Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172 -14 «Санитарно­эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
4. .Краевые методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ и программ электронного обучения от 15 июля 2015 г.
5. .Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ/ автор-составитель И.А.Рыбалева/. - Краснодар, 2016.
6. Л.В. Яковлева Р.А. Юдина. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет. Программа «Старт» часть 1 - М.: Владос 2013.
7. Т.А. Тарасова Контроль физического состояния детей дошкольного возраста - Сфера Москва 2015.
8. Е.Г. Юдина. Г.Б.Степанова. Е.А. Денисова Педагогическая диагностика в детском саду.- Москва Просвещение 2012 год.

# **Приложение 1**

**Эстафеты «С мячом»**

Эстафета 1 – с волейбольным мячом

Инвентарь: у каждой команды – 1 волейбольный мяч.

Подготовка к эстафете: команды выбирают капитанов. На площадке на расстоянии 3 м чертят две параллельные линии: за одной выстраиваются команды, за другой встают капитаны, каждый лицом к своей команде. У капитанов в руках по волейбольному мячу.

Описание эстафеты: по сигналу судьи капитаны одновременно бросают мячи впереди стоящим игрокам своих команд. Поймав мяч, игрок выполняет бросок обратно капитану, а сам занимает место в конце колонны. Затем капитан бросает мяч второму игроку, а получив его обратно – третьему и т.д. по порядку. Кинув мяч капитану, каждый играющий убегает в конец колонны.  
Бросать мяч можно произвольным способом (правой или левой рукой от плеча, двумя руками от груди и т.д.), но без касания пола. Эстафета заканчивается, когда у стартовой линии окажется игрок, который первым ловил мяч, брошенный капитаном.

Возможные ошибки: в случае потери мяча его должен подобрать тот, кому он был брошен (капитан или игрок команды), затем вернуться на свое место и выполнить передачу мяча.

Эстафета 2 – встречная передача мяча в колоннах

Инвентарь: у каждой команды – 1 волейбольный мяч.

Подготовка к эстафете: игроки каждой команды образуют две колонны по 5 человек (мальчики и девочки). Расстояние между колоннами – 3 м. Игрок команды, стоящий в колонне последним, имеет специальную отметку (нарукавную повязку, жилет).

Описание эстафеты: по сигналу судьи стоящий впереди игрок одной из колонн выполняет бросок первому игроку противоположной колонны, а сам встает в конец своей колонны. Игрок, принимающий мяч, так же вновь направляет его в противоположную колонну, а сам встает в конец своей колонны, и т.д. Броски мяча выполняются двумя руками от груди.

Игра заканчивается, когда команды займут первоначальное положение.

Возможные ошибки: в случае потери мяча тот игрок, которому был брошен мяч, должен подобрать его, затем вернуться на свое место и выполнить передачу мяча.

Эстафета 3 – с баскетбольным мячом

Инвентарь: у каждой команды – 1 баскетбольный мяч.

Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 15 м находится обруч, в котором лежит баскетбольный мяч.

Описание эстафеты: по сигналу судьи первый участник каждой команды бежит к обручу, берет баскетбольный мяч и выполняет им 3 удара о пол одной рукой рядом с обручем, затем кладет мяч обратно в обруч, бегом возвращается к своей команде и касанием руки передает эстафету другому игроку, который выполняет то же самое, затем передает эстафету третьему игроку, и т.д. Правильно выполненным заданием считается каждый отскок мяча от пола после удара одной рукой. Допускается ловить мяч двумя руками.

Возможные ошибки: не засчитывается удар по мячу, выполненный двумя руками.

Эстафета 4 – с баскетбольным мячом (второй вариант)

Инвентарь: у каждой команды – 1 баскетбольный мяч, 3 фишки (стойки).

Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 5, 10 и 15 м находятся 3 фишки (стойки). В руках у впереди стоящего игрока каждой команды – баскетбольный мяч.

Описание эстафеты: от линии старта каждый игрок команды ведет баскетбольный мяч одной рукой «змейкой» между фишками (стойками); возвращаясь обратно, ведет мяч так же. На стартовой линии он передает мяч следующему игроку из рук в руки. Однако тот не может начать эстафету, пока предыдущий игрок не пересечет стартовую линию.

Эстафета 5 – биатлон

Инвентарь: у каждой команды – 2 комплекта по 3 теннисных мяча, обруч, мишень-экран. Малый гимнастический обруч диаметром 75 см крепится к легкоатлетическому барьеру (подбор мяча выполняют помощники судей).

Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 10 м находится обруч, в котором лежат 3 теннисных мяча. В 3 м от обруча впереди вычерчивают линию – «огневой рубеж». На расстоянии 4 м от него располагается мишень-экран.

Описание эстафеты: по сигналу судьи участник каждой команды бежит к обручу, берет теннисный мяч, затем бежит к «огневому рубежу» и выполняет бросок в отверстие мишени-экрана. Если игрок попал в мишень, он бегом возвращается к своей команде и касанием руки передает эстафету второму игроку. В случае промаха возвращается к обручу, берет второй теннисный мяч и повторяет попытку, в случае повторного промаха – делает еще одну попытку (см. *рис. 5*).  
При неудачном третьем броске мяча игрок оббегает мишень, возвращается к своей команде и передает эстафету следующему участнику команды.

*Примечания:*

1. Бросать мяч можно любым способом (рекомендуется выполнять броски из-за головы).

2. После выполнения задания на дистанции судьи кладут теннисные мячи в обруч.

Эстафета 6 – перенос мяча

|  |
| --- |
|  |

Инвентарь: у каждой команды – 1 футбольный мяч, 1 фишка (стойка).

Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 15 м находится фишка (стойка). В руках у первого игрока в колонне – футбольный мяч.

Описание эстафеты: по сигналу судьи участник каждой команды бежит с футбольным мячом в руках до фишки (стойки), обегает ее и возвращается обратно. На линии старта он передает мяч следующему участнику команды из рук в руки (см. *рис. 6*).

Возможные ошибки: в случае потери мяча игрок должен подобрать его и продолжить эстафету с того места, где мяч был утерян.

Эстафета 7 «Ловкий футболист»

Инвентарь: у каждой команды – 1 футбольный мяч, 1 фишка (стойка).

Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 15 м находится фишка (стойка).

Описание эстафеты: по сигналу судьи первый участник команды ведет футбольный мяч ногой до фишки (стойки), обводит ее и возвращается обратно, так же ведя мяч ногой.

Мяч передают на расстоянии не менее 3 м от линии старта («коридор передачи»), выполнив как минимум три касания мяча в каждом направлении.

Эстафета 8 «Ловкий футболист» (второй вариант)

Инвентарь: у каждой команды – 1 футбольный мяч, 3 фишки (стойки).

Подготовка к эстафете: игроки стоят в колонне за стартовой линией. Перед каждой командой на расстоянии 5, 10 и 15 м находятся 3 фишки (стойки).

Описание эстафеты: от линии старта первый игрок ведет футбольный мяч ногой «змейкой» между фишками (стойками); возвращаясь обратно, ведет мяч по прямой. На стартовой линии он передает мяч следующему участнику команды без помощи рук. Однако тот не может начать эстафету, пока первый игрок не пересечет стартовую линию.

Эстафета 9 «Передал – садись»

Инвентарь: у каждой команды – 1 волейбольный мяч.

Подготовка к эстафете: команды выбирают капитанов. На площадке на расстоянии 3 м чертят две параллельные линии: за одной встают команды, за другой – капитаны, каждый лицом к своей команде. У капитанов в руках по волейбольному мячу.

Описание эстафеты: по сигналу судьи капитаны одновременно бросают мячи впереди стоящим игрокам своих команд. Поймав мяч, игрок бросает его обратно капитану и сразу приседает. Затем капитан бросает мяч второму игроку, а получив его обратно – третьему, и т.д.

**«Эстафета с обручем»**

Играющие делятся на 2-3 команды и становятся в колонны за линией старта. У первых игроков в руках обруч. В 15-20 м ставится стойка. По сигналу первые участники бегут вперед, прыгая через обруч (как через скакалку). Обогнув стойку, они возвращаются обратно, прыгая через обруч, передают обруч следующему участнику, а сами становятся в конец колонны. Побеждает команда, первой закончившая прыжки через обруч.

**«Эстафета со скакалкой»**

Игроки каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному. Перед каждой колонной на расстоянии 10 - 12 м ставится поворотная стойка. По сигналу направляющий в колонне выбегает из - за стартовой линии и продвигается вперед, прыгая через скакалку. У поворотной стойки он складывает скакалку вдвое и перехватывает ее в одну руку. Обратно он двигается, прыгая на двух ногах и вращая скакалку под ногами горизонтально. На финише участник передает скакалку очередному игроку своей команды, а сам становится в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой точнее и раньше закончат эстафету.

**Эстафета «Быстрые и ловкие»**

Задачи:

* Создать у детей положительное эмоциональное настроение;
* Способствовать укреплению здоровья детей;
* Развитие спортивных и двигательных навыков у детей;
* Развитие физических качеств: силы, ловкости, выносливости, быстроты;
* Воспитание чувства товарищества и взаимопомощи.

Оборудование: Стойки с названиями команд («Солнышко» и «Успех»); контрольные стойки; гимнастические скамейки; кегли; гимнастические палки (плоские); мячи массажные; корзины (2-х цветов); шарики (2-х цветов); мячи (средние). Медали. Фонограмма.

Ход развлечения:

*Звучит фонограмма песни «Герои спорта». Дети под музыку входят в зал, делая круг по залу, и садятся на стульчики.*

Ведущий: Здравствуйте, ребята и наши гости! Приветствуем вас на нашем спортивном празднике «Веселые старты». Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым – на два. Сегодня мы собрались в этом зале, чтобы получить заряд бодрости, блеснуть эрудицией и поболеть за команды, которые примут участие в наших соревнованиях. Наши ребята знают стихи о спорте.

*Выходят дети и рассказывают стихи о спорте.*

**1-ый ребенок**:

Со спортом нужно подружиться.  
Всем тем, кто с ним еще не дружен.  
Поможет вам он всем взбодриться.  
Он для здоровья очень нужен.

Ни для кого секрета нету,  
Что может дать всем людям спорт.  
Поможет всем он на планете  
Добиться сказочных высот.

**2-ой ребенок:**

Спортивные люди – они так красивы.  
В них столько энергии, бодрости, силы.  
Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?  
Лишь спорт тебе в этом отлично поможет!

Здоровье усилит, успехов прибавит.  
От скуки, безделья тебя он избавит.  
Поверь ты в себя и добейся высот.  
О чем ты мечтал, даст тебе только спорт.

**3-ий ребенок:**

Пересилить себя и чего-то добиться,  
Это в жизни любому должно пригодиться.  
Спорт поможет любому выносливым быть.  
Силу духа способен он всем укрепить.

Не ленитесь, весь день проводите в движенье.  
Спорт поможет легко вам всем снять напряженье.  
Подружитесь вы с ним - благодарность вас ждет.  
Ведь к победам вас спорт так легко приведет.

Ведущий: Участвовать в наших соревнованиях будут две команды «Солнышко» и «Успех». А оценивать успехи наших команд будет жюри *(представление жюри).* Попросим команды занять свои места на линии старта *(команды строятся на старте).*Начинаем наши соревнования! Первая эстафета называется «Кто быстрее проползет по скамейке».

*Эстафета «Кто быстрее проползет по скамейке» (Проползти по гимнастической скамейке на животе, обежать контрольную стайку, обратно бегом, передать эстафету следующему).*

Слово жюри*(итоги эстафеты)*

Ведущий: Следующая эстафета называется «Быстрые ноги».

*Эстафета «Быстрые ноги» (Пробежать «змейкой» между кеглями, обежать контрольную стойку, обратно бегом, передать эстафету следующему).*

Слово жюри*(итоги эстафеты)*

Ведущий: А теперь мы немного отдохнем. Музыкальная пауза. Ребята станцуют ритмический танец «Заяц Шнуфель». Выходите, ребята, на ритмику.

*Дети исполняют ритмический танец под музыку группы «Шнуфель» «Тусовка».*

Ведущий: Немного отдохнули, а теперь продолжаем наши соревнования. Команды, займите свои места на старте *(команды строятся на старте).*Следующая эстафета называется «Быстрые и ловкие».

*Эстафета «Быстрые и ловкие» (Первые участники команд кладут кегли, обегают контрольную стойку, обратно бегом, передают эстафету следующим. Вторые участники ставят кегли, обегают контрольную стойку, обратно бегом, передают эстафету и т.д.).*

Слово жюри*(итоги эстафеты)*

Ведущий: Следующая эстафета называется «Боулинг».

*Эстафета «Боулинг» (Перепрыгнуть через гимнастические палки на двух ногах, прокатить массажный мяч, сбив кеглю, взять мяч, обежать контрольную стойку, обратно бегом, передать мяч-эстафету следующему).*

Слово жюри*(итоги эстафеты)*

Ведущий: А сейчас мы отдохнем *(дети садятся на стульчики)*. Ребята, а вы умеете разгадывать загадки? *(ответы детей).* Сейчас мы это проверим *(загадывает спортивные загадки).*

*Загадки:*

И мальчишки, и девчонкиОчень любят нас зимой,Режут лёд узором тонким,Не хотят идти домой.Мы изящны и легки,Мы – фигурные …(*Коньки)*

Во дворе с утра игра,Разыгралась детвора.Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -Там идёт игра - ...*(Хоккей)*

В этом спорте игрокиВсе ловки и высоки.Любят в мяч они игратьИ в кольцо его кидать.Мячик звонко бьет об пол,Значит, это ...*(Баскетбол)*

Здесь купаться и зимойСможем запросто с тобой.Здесь научат нас нырять.Как то место нам назвать? *(Бассейн)*

Кто по снегу быстро мчится,  
Провалиться не боится?*(Лыжник)*

Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Чуть ударишь, сразу вскачь,

Ну, конечно – это ... *(Мяч)*

Шустрый мяч и две ракетки.

Все удары чётки, метки.

До победного играть,

Никому не уступать!*(Теннис)*

Ведущий: Молодцы, ребята! Все загадки отгадали. А теперь, команды, просим занять свои места на старте *(команды занимают места на старте).*Продолжаем наши соревнования. Следующая эстафета называется «Чья команда быстрее передаст мяч».

*Эстафета «Чья команда быстрее передаст мяч» (Команды встают друг за другом (в колонну по одному, широко расставив ноги. Первые участники начинают прокатывать мяч между ног команды, все участники команды помогают. Последний участник берет в руки мяч и бежит в начало команды, прокатывает мяч и т.д.).*

Слово жюри*(итоги эстафеты)*

Ведущий: Настало время последней эстафеты, которая называется «Салют».

*Эстафета «Салют» (По залу разбросаны шарики двух цветов (синие и красные). Перед каждой командой стоит корзина определенного цвета (красная или синяя). По сигналу все участники команд собирают в свою корзину шарики определенного цвета. Собрав все свои шарики, команда быстро строится друг за другом (в колонну по одному) за капитаном).*

Слово жюри*(итоги эстафеты)*

Ведущий: Вот и закончились наши соревнования. Для оглашения итогов соревнований, жюри надо посовещаться и подвести общий итог. А пока они совещаются, ребята нам дадут добрые советы.

*Дети читают стихи – добрые советы.*

*Добрые советы:*

**1-ый ребенок:**

Всем ребятам наш совет!

И такое слово:

Спорт любите с малых лет -

Будете здоровы!

**2-ой ребенок:**

В мире нет рецепта лучше -

Будь со спортом неразлучен,

Проживешь сто лет -

Вот и весь секрет!

**3-ий ребенок:**

Приучай себя к порядку -

Делай каждый день зарядку,

Смейся веселей,

Будешь здоровей.

**4-ый ребенок:**

Спорт, ребята, очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт - помощник, спорт - здоровье,

Спорт - игра, физкульт...

Все *(хором):* Ура!

Ведущий: Ну, ребята, молодцы!

                   В эстафете все вы были хороши!

                   Получайте-ка награды.

                   Поздравляем! Очень рады!

*Подведение итогов соревнований. Награждение участников. Общее фото.*

Ведущий: Вот и закончился наш праздник, давайте поаплодируем нашим участникам.

                    Пусть, как цветы, в краю родном

                    Растут ребята наши.

                    Пусть будут крепче с каждым днем

                    И с каждым годом краше!