

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 2 г.Грязи  
Грязинского муниципального района Липецкой области

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета  
МБОУ СОШ №2  
протокол от 29.08.20 № 1



УТВЕРЖДАЮ:  
директор МБОУ СОШ №2  
О.П.Спесивцева  
Приказ от 29.08.2020 № 15-02

**Дополнительная общеразвивающая программа**  
Спортивной направленности  
**«Здоровое лето»**

Возраст учащихся: 7-16 лет  
Срок реализации программы: 1 месяц

Составитель:  
Педагог дополнительного образования  
Гулидова Кристина Романовна

Грязи-2021

## Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

### 1.1. Пояснительная записка

#### **Направленность программы** – физкультурно-спортивная

Лето – любимая пора для детей. Летняя большая перемена дана учащимся для укрепления их здоровья, физической закалки, восстановления сил после долгого учебного года. Летние каникулы - это время открытий, знакомств, самореализации. Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряжённости, восстановление израсходованных сил, здоровья. Перед большинством родителей встает вопрос о том, каким образом организовать полноценный летний отдых своим детям.

**Педагогическая целесообразность** программы в том, что занятия позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждение интереса к разным видам спорта. Программа является одной из составляющих частей системы физического воспитания, основная цель которой – всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры ребенка, а также педагогическая **целесообразность** программы заключается в возможности реализации интересов потребностей в саморазвитии, самореализации и готовности к выполнению различных функций в обществе в условиях электронного обучения в случае необходимости.

**Новизна программы** в том, что в ней используется игровая модель проведения утренней площадки, богатую разноплановыми физкультурно-спортивными мероприятиями. В работе с детьми применяется деятельный подход, который учит применять в быту навыки, полученные во время выполнения физических упражнений, различных подвижных игр. А также новизной данной программы является применение разнообразных методов дистанционного обучения в случае неблагоприятной эпидемиологической обстановки.

**Актуальность программы** определяется современными требованиями общества и государства к занятости детей в летний период времени. Организация летнего отдыха - один из важных аспектов образовательной деятельности. Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать педагогический процесс непрерывным в течение всего года. Каникулы являются благоприятным временем для развития у воспитанников личностных качеств: способности к самореализации, любознательности, умения общаться в группе, соблюдение правил и норм ЗОЖ, безопасного поведения. Программа хорошо адаптирована для реализации в условиях отдаленного поселения или временного ограничения (приостановки) для обучающихся занятий в очной (контактной) форме по санитарноэпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

### 1.2. Цели и задачи программы

**Цель:** формирование гармоничного физического и нравственного развития ребенка через приобщение к спортивным играм и физическим упражнениям с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития.

**Задачи:**

**Образовательные (предметные):**

- Формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, физическим упражнениям;
- Обучение правильной технике выполнения элементов подвижных игр;
- Развитие двигательных способностей.

**Личностные (воспитательные):**

- Формирование дружелюбия, коммуникабельности, интереса к сотрудничеству, дисциплинированности;
- Укрепление навыков здорового образа жизни;
- Формирование умения доводить начатое дело до конца.

**Метапредметные (развивающие):**

- Формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами;
- Формирование навыка самостоятельного поиска информации на различных онлайн-платформах, контентях, сайтах, блогах и т.д.;
- Развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно;
- Развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.

**Отличительная особенность** данной дополнительной общеобразовательной программы в том, что ее реализация в летний период является формой организации свободного времени детей разного возраста, пола и уровня развития, а также в применении дистанционных технологий и инструментов электронного обучения в случае необходимости.

Дополнительная образовательная программа «Здоровое лето» адресована как мальчикам, так и девочкам с 7 летнего возраста до 16 лет. Программа ориентирована на выявление способностей каждого ребенка, активное включение его в новое для него образовательное пространство.

Программа рассчитана на 8 часов обучения – по 2 часа 2 раза в неделю. Необходимо учитывать, что для успешного освоения программы занятия в группе должны сочетаться с индивидуальной помощью педагога каждому ребенку, поэтому оптимальное количество детей в группе должно быть 12 – 15 человек, индивидуальная группа – 1-4 человека.

Занятия – групповые и индивидуальные. Принимаются все желающие.

**Уровень программы** – ознакомительный.

**Объем программы** – 16 часов.

**Сроки реализации** – с 01 июня по 30 июня.

**Формы обучения** – очная (при необходимости электронная).

Работа с детьми проводится в коллективной форме, но и может быть индивидуальной, в зависимости от сложности.

**Режим занятий** – два академических часа 2 раза в неделю.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Группы формируются в соответствии с возрастными особенностями учащихся. Возраст учащихся в группах – 7-16 лет. Количество детей в группах – не более 15 человек.

Продолжительность одного занятия 45 мин с перерывом 10 минут.

Уровень подготовки детей при приеме в группу:

- а) неподготовленные дети;
- б) более подготовленные дети.

Каждое занятие по темам программы, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Основная часть материала отводится практическим занятиям.

Программа предполагает возможность вариативного содержания. В зависимости от особенностей развития учащихся педагог может вносить изменения в содержание занятий, дополнять практические задания новыми заданиями.

Программа «Здоровое лето» направлена на становление следующих ключевых компетентностей:

- познавательная компетентность (знание о здоровом образе жизни, видах спорта, овладение опытом самопознания);
- организаторской компетентностью (планирование и управление собственной деятельностью, владение навыками контроля и оценки собственной и совместной деятельности в процессе выполнения заданий);
- информационная компетентность (способность работать с различными источниками информации, проводить анализ и отбор нужной информации для выполнения заданий);
- коммуникативная компетентность (владение способами презентации себя и своей деятельности, уметь принимать и передавать необходимую информацию);
- социокультурная компетентность (соблюдение норм поведения в окружающей среде, умение работать в коллективе).

### **Планируемые результаты**

Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести учащийся в процессе занятий по программе.

Образовательные (предметные):

Обучающийся будет знать:

- Правильную технику выполнения элементов подвижных игр;
- Игры с элементами спорта. Физическими упражнениями.

Обучающийся будет уметь:

- Применять освоенные знания и практические умения в физической и спортивной деятельности,

Личностные (воспитательные):

- Формирование дружелюбия, коммуникабельности, интереса к сотрудничеству, дисциплинированности;
- Укрепление навыков здорового образа жизни;
- Формирование умения доводить начатое дело до конца.

Метапредметные (развивающие):

- Формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами;
- Формирование навыка самостоятельного поиска информации на различных онлайн-платформах, контентных сайтах, блогах и т.д;
- Развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно;
- Развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность.

**Способы проверки ЗУН учащихся:**

- начальная диагностика;
- промежуточная диагностика;
- итоговая аттестация.

### **Материально – техническое обеспечение программы**

Для занятий по программе требуется:

спортивный школьный зал 9х18

спортивный инвентарь и оборудование:

1. гимнастическая стенка- 1 шт.
2. гимнастические скамейки-4шт.
3. гимнастические маты-6шт.
4. скакалки- 15 шт.
5. мячи набивные (масса 1кг)- 3шт.
6. мячи волейбольные – 8 шт.
7. рулетка- 1шт.

### Техническое оснащение

- проектор;
- экран;
- видео – диски;
- магнитофон;
- компьютер.

### Дидактическое обеспечение программы

- Карточка общеразвивающих упражнений для разминки
- Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»
- «Правила игр».
- Видеозаписи выступлений учащихся.

### Санитарно – гигиенические требования

Для реализации программы необходимо иметь:

- светлое просторное помещение;
- в кабинете осуществляется влажная уборка и проветривание;
- в наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

### Кадровое обеспечение программы

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

### 1.3.

### Учебный план программы и его содержание Содержание программы

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Общее количество часов	Теори я	Практик а	
1.	Вводное занятие. Все о подвижных играх.	4	2	2	Педагогическое наблюдение.
2.	Игры на свежем воздухе	6	2	4	
3.	Игры, способствующие развитию основных физических качеств	6	2	4	
	<b>Всего</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	

## Содержание учебного плана

### 1. Вводное занятие. ТБ. Все о подвижных играх.

Теория: Все о подвижных играх. История народной подвижной игры. Игра «Клубочек».

Практика: Понятие правил игры, выработка правил.

### 2. Игры на свежем воздухе.

Теория: Считалки. Русские народные игры: «Защита крепости», «Белки, орехи, шишки», «Птицы и клетка», «Водяной».

Групповые игры: «Ловля парами», «Мяч по кругу», «Светофор», «Поймай хвост дракона», «Айсберги».

Практика: Понятие правил игры, выработка правил.

Командная игра: «Вороны и воробьи»

### 3. Игры, способствующие развитию основных физических качеств.

Теория: Упражнения для развития физических качеств. Итоговое занятие

Практика: Игры на равновесие: «Сохрани равновесие». Игры со скакалками: «Удочка».

Игры на гибкость: «Волна». Игры с мячом: «Перестрелка».

### Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана дополнительная общеразвивающая программа:

- Конвенция о правах ребёнка;
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. «273-ФЗ (ред. от 23.07.2013 г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.14г. № 1726-р);
- Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы (Постановление Правительства РФ от 23.05.2015 г. №497);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 196 от 09 ноября 2018 г.);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. №41);
- [Распоряжение администрации Липецкой области от 12 апреля 2018 года №187-р](#) «О реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» в Липецкой области;
- [Приказ УОиН от 16.04.2018 №450](#) «Об утверждении концепции персонализированного финансирования дополнительного образования детей в Липецкой области»;
- [Приказ УОиН от 17.04.2018 №454](#) «Об утверждении плана мероприятий "дорожная карта" по внедрению персонализированного финансирования дополнительного образования детей в муниципальных районах (городских округах) Липецкой области»;
- Устав МБУ СОШ №2 г. Грязи;
- Календарный учебный график МБУ СОШ №2 г. Грязи на 2020-2021 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ МБУ СОШ №2 г. Грязи;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ СОШ №2 г. Грязи.

## Раздел 2 «Комплекс организационно - педагогических условий, включающий формы аттестации»

### 2.1. Календарный учебный график (Приложение 1,2).

### 2.2. Условия реализации программы.

#### **Материально-техническое обеспечение:**

Занятия проводятся на свежем воздухе и в просторном, светлом помещении, отвечающем санитарно-гигиеническим требованиям, с достаточным и вечерним освещением. Учебное оборудование включает комплект мебели, инструменты и приспособления, необходимые для организации занятий, хранения наглядных пособий и учебных материалов. Кабинет оснащен компьютерным оборудованием, имеющим необходимые программы и доступ в Интернет.

#### **Методическое обеспечение:**

- Информационная и справочная литература.
- Разработки и конспекты занятий.
- Наглядные тематические пособия.

#### **Материалы и инструменты:**

- Спортивный инвентарь.

**Кадровое обеспечение:** занятия проводит учитель физкультуры.

### 2.3. Методические материалы.

Занятия в учебном кабинете состоят из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает беседы, рассказы. При проведении занятий используются дидактические материалы, наглядные пособия, презентации, учебные фильмы. Практическая часть занятий проводится либо в кабинете в форме круглых столов, либо на местности с выполнением индивидуальных и групповых заданий.

При ведении занятий используются информационно – коммуникативные технологии, технологии проблемного и диалогового обучения, технологии личностно-ориентированного и игрового обучения, используются интерактивные методики, проводится рефлексия.

**Формы и методы обучения:** Краткосрочная программа предусматривает вариативность как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование творческой личности, в зависимости от возраста обучающихся. Среди них: объяснительно-иллюстративные (рассказ, беседа, иллюстрация), тренинги (развитие общефизической подготовки, памяти, мышления), проблемные (выбор формата, анализ выполненной работы). При проведении практических занятий воспитанники совершенствуют практические навыки и умения по физической и спортивной деятельности. Наряду с групповыми, коллективными формами проводится индивидуальная работа с обучающимися во время проведения игр. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с физическими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

#### **Методы воспитательной работы с детьми:**

- методы формирования познания – убеждение, инструктаж, рассказ, лекция, беседа, объяснение, разъяснение, пример, диспут;
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения –упражнение, поручение, педагогическое требование, общественное мнение, воспитательные ситуации;
- методы стимулирования – мотивация – соревнование, поощрение.

## Календарный учебный график

Группа: 1.

Понедельник, среда

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>1.</b>		<b>Вводное занятие. Все о подвижных играх.</b>	<b>4</b>			
<b>1.1</b>	08.06.	Вводное занятие. ТБ. Все о подвижных играх.	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
<b>1.2</b>	11.06.	История народной подвижной игры. Игра «Клубочек».	2	Практическое занятие		Наблюдение
<b>2.</b>		<i><b>Игры на свежем воздухе.</b></i>	<b>6</b>			
<b>2.1</b>	15.06.	Считалки. Русские народные игры	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
<b>2.1</b>	18.06.	Групповые игры	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
<b>2.3</b>	22.06.	Командная игра	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
<b>3.</b>		<b>Игры, способствующие развитию основных физических качеств</b>	<b>6</b>			
<b>3.1</b>	25.06.	Игры на равновесие	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
<b>3.2</b>	29.06.	Игры со скакалками	2	Практическое занятие		Наблюдение



3.3	02.07.	Игры с мячом Итоговое занятие	2	Практическое занятие		Наблюдение
		<b>Всего</b>	<b>16</b>			

### Календарный учебный график

Группа: 2.

Вторник, четверг

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>1</b>		<b>Вводное занятие. Все о подвижных играх.</b>				
1.1	10.06.	Вводное занятие. ТБ. Все о подвижных играх.	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
1.2	12.06.	История народной подвижной игры. Игра «Клубочек».	2	Практическое занятие		Наблюдение
<b>2</b>		<b>Игры на свежем воздухе.</b>				
2.1	17.06.	Считалки. Русские народные игры	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
2.2	19.06.	Групповые игры	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
2.3	24.06.	Командная игра	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение
<b>3</b>		<b>Игры, способствующие развитию основных физических качеств</b>				
3.1	26.06.	Игры на равновесие	2	Рассказ, практическое занятие		Наблюдение

				занятие		ие
<b>3.2</b>	01.07.	Игры со скакалками	2	практическое занятие		Наблюдение
<b>3.3</b>	03.07.	Игры с мячом Итоговое занятие	2	Практическое занятие		Наблюдение
		<b>Всего</b>	<b>16</b>			