

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Магнитная средняя общеобразовательная школа»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Юный спортсмен»
Направленность – физкультурно-спортивная
Срок реализации: краткосрочная
Возраст детей: 1-8 класс

Автор составитель:
педагог дополнительного образования
Смирнов А.А.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Календарный учебный график
4. Методическое обеспечение
5. Список литературы

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спортсмен» разработана в соответствии с «Конвенцией о правах ребенка», Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», локальными актами по организации дополнительного образования МОУ «Магнитная СОШ»

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, реализуется в летний период в ДОЛ. Программа направлена на:

- развитие интеллектуального и творческого потенциала детей и подростков;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в физическом и нравственном развитии;
- развитие и поддержку детей, проявивших интерес и определенные потребности к физкультурно-спортивной направленности.

Новизна программы:

Особенность физической культуры является ее деятельности характер. Для реализации программного содержания, помимо учебных занятий, как ведущей формы организации обучения, используются спортивно-массовые мероприятия (спортивные соревнования, спортивные праздники и т.д.).

Еще в глубокой древности врачи и философы считали, что без занятий физической культурой здоровым быть невозможно. Постоянные и разнообразные физические упражнения делают человеческое тело не только сильным, но и прекрасным. Определяя понятие красоты человеческого тела, ученый М.Ф. Иваницкий наряду со стройностью и безукоризненностью линий, отмечает и такие важные качества, как легкость и согласованность движений, физическую силу, гармоническое развитие. Считается, что это своего рода талант, с зачатками которого человек рождается и который, как и всякий талант, для созревания и полного расцвета нуждается в развитии и совершенствовании. Все эти качества, даже если они не подарены ребенку природой «в готовом виде», можно выработать с помощью физических упражнений. Они, подобно резцу скульптора, «шлифуют» фигуру, совершенствуют грациозность движений, создают запас телесных сил. Красота, здоровье, физическое совершенство – часто результат долгого и упорного труда. Установка на всестороннее развитие ребенка предполагает овладение им основами физической культуры, слагаемыми которой являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень физических способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Актуальность программы: в настоящее время, под влиянием многочисленных факторов социально-экономического характера, в том числе и недостаточной физической активности, здоровье детей и молодежи ухудшилось. Благополучие детей неразрывно связано с созданием необходимых условий для их воспитания, обучения и духовного развития. Одним из таких условий может быть занятие общеукрепляющими физическими упражнениями.

Таким образом, актуальность данной программы определяется запросом со стороны детей и их родителей (законных представителей) на программы физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с региональными социально-экономическими потребностями и проблемами.

Значимость программы. Программа «Юный спортсмен» краткосрочная и может реализоваться в детском коллективе в период каникул. Группы формируются как из организованных детей (профильного формирования), так и из всех желающих, не

охваченных организованным отдыхом, могут быть одновозрастными или разновозрастными. Каждое занятие построено таким образом, что учащийся получает определённый комплекс знаний и практических умений по базовой теме и может включиться в работу на любом этапе реализации программы, так как занятия носят автономный характер и имеют логическую завершенность. Половина программного материала посвящена подвижным и спортивным играм. Учащийся может познакомиться и со всеми предложенными играми и основными элементами определённых спортивных игр, получить как общие сведения, так и конкретные по одной или нескольким из предложенных игр.

Адресат программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный спортсмен» рассчитана на детей в возрасте от 7 до 14 лет.

Объем программы:

Программа разработана и может быть использована педагогами дополнительного образования, рассчитана на 18 часов.

Сроки реализации программы

Программа «Юный спортсмен» краткосрочная рассчитана на 1 смену в ДОЛ дневного пребывания детей. Смена проходит в летний период, составляет 18 рабочих дней. Занятия проводятся 1 раз в день по 1 учебному часу. Всего - 18 часов.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

В результате реализации программы дети будут знать правила и последовательность выполнения общих развивающих упражнений, упражнений с предметами (скакалка, обруч), иметь общие представления об основных правилах соревнований и спортивных игр (футбол, волейбол, баскетбол). Они научатся передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях; выполнять общеразвивающие упражнения, осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных и спортивных играх (футбол, волейбол, баскетбол).

Формы подведения итогов – спортивные праздники, соревнования, спортивные игры.

Цель программы: овладение общеразвивающими физическими упражнениями, умениями их использовать в период активного отдыха и досуга.

Программа предполагает решение **основных задач:**

Предметные:

- сформировать интерес к занятиям физическими упражнениями;
- обучить некоторым элементам спортивных игр футбол, волейбол, баскетбол.

Метапредметные:

- развить познавательную активность учащихся, потребность в самообразовании;
- развить коммуникативные умения, включающие навыки работы в команде, умение слушать и слышать других;
- способствовать развитию эмоционально-волевой сферы детей и подростков, в том числе умения принимать решения.

Личностные:

- развить жизненно важные двигательные умения и навыки.
- развить умения сотрудничать в коллективе сверстников в процессе проведения подвижных игр и спортивных соревнований.

2. Учебный план

№ п/п	Раздел	Тема	Всего	Теория	Практика	Форма промежуточной, итоговой аттестации
1.	Вводное, организационное занятие	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	-	
2.	Общие развивающие упражнения	Требования к одежде и обуви для занятий физической культурой. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями, ее роль и значение, гигиенические требования. Правила поведения на учебных занятиях	1	1	-	Соревнования
		Комплекс общеразвивающих упражнений на укрепление мышц опорно-двигательного аппарата, дифференцирование мышечных усилий и координацию движений, развитие подвижности суставов и гибкости .	1	-	1	
		Ходьба и бег различными видами, прыжки разными способами и из разных исходных положений; с различной амплитудой, траекторией и направлением движений.	1	-	1	
		Преодоление малых препятствий.	1	-	1	
		Лазание различными способами и с различной направленностью передвижения.	1	-	1	
3.	Упражнения с элементами гимнастики.	Правила обращения и выполнения упражнений с предметом (скакалка, обруч).	1	1	-	Спортивные игры
		Выполнение групповых упражнений со скакалкой (прыжки через скакалку, бег со скакалкой).	1	-	1	

		Выполнение упражнений с обручем (катание, вращение обруча, броски, ловля, прыжки)	1	-	1	
4.	Подвижные игры с элементами спортивных игр	Знакомство с правилами игры. Знакомство со спортивными играми футбол, волейбол, баскетбол. Простейшие технические действия.	1	1	-	Соревнования
		Игры-эстафеты с использованием общих развивающих упражнений (в парах, противоходом, комбинированные).	2	-	2	
		Отработка некоторых элементов игры в футбол (ведение мяча, передачи в парах).	2	-	2	
		Отработка некоторых элементов игры в волейбол (способы подачи мяча, работа в парах).	2	-	2	
		Отработка некоторых элементов игры в баскетбол (ведение мяча, броски в кольцо).	2	-	2	
		ИТОГО:	18	4	14	

3. Календарный учебный график

Год обучения 2024	Учебный период		Всего часов	Кол-во часов	
				Теория	Практика
	3 июня- 26 июня				
	Рабочие дни	3,4,5,6,7,10,11, 12,13,14,17,18, 19,20,21,24,25, 26	18	4	14
	Выходные дни	8,9,15,16,22,23			

4. Методическое обеспечение

Педагогические методики и технологии.

Технология личностно-ориентированного обучения - максимальное развитие (а не формирование заранее заданных) индивидуальных познавательных способностей ребенка на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности.

Технология индивидуального обучения (адаптивная) – технология обучения, при которой индивидуальный подход и индивидуальная форма обучения являются приоритетными.

Технология группового (коллективного) обучения

Авторы – В.К. Дьяченко, И.Б. Первин, М.Д. Виноградова, Н.Е. Щуркова. Главная цель технологии – формирование навыков совместной деятельности учащихся и активизация учебного процесса по предмету.

В рамках групповой технологии, учащиеся делятся на группы (постоянные, временные, однородные, разно уровневые и т.д.) для выполнения конкретных учебных задач, далее каждая группа получает задание и выполняет его сообща, достигая определенного результата.

Процесс групповой работы проходит три стадии:

1) Подготовка к выполнению задания (формирование групп, инструктаж по выполнению будущей работы, постановка проблемы, раздача дидактического материала)

2) Групповая работа (знакомство с розданным материалом, распределение задач в группе, индивидуальная работа с материалом, обсуждение полученных результатов и подведение общих итогов работы всей группы). Задание для всех групп может быть одинаковым, а может быть разным для различных групп.

3) Заключительная часть (подводятся итоги работы всех групп, делается общий вывод, анализируется достижение поставленной цели)

Роль педагога сводится к подготовке необходимого дидактического материала, в выводе учащихся на проблему, контроль над деятельностью групп, оказание необходимой помощи в процессе работы, улаживание споров, подведение общих итогов.

Технология коллективной творческой деятельности:

Автор технологии И.П. Иванов - доктор педагогических наук, академик Российской академии образования, профессор. Данная методика предполагает широкое участие каждого в выборе, разработке, проведении и анализе коллективных дел. Поэтому в методике коллективной творческой деятельности действует закон четырех «С», когда дети:

- сами придумывают;
- сами планируют;
- сами организуют;
- сами оценивают проведённое дело.

Каждому предоставляется возможность определить для себя роль, характер участия и свою ответственность в деле. В процессе КТД ребята приобретают навыки общения, учатся работать, делить успех и ответственность с другими, узнают друг о друге много нового. Таким образом, параллельно идут два важных процесса: формирование и сплочение коллектива, и формирование личности школьника, развитие тех или иных качеств личности. В процессе коллективной работы происходит взаимодействие людей разных возрастов. Во время планирования и организации КТД взрослые и дети приобретают большой организаторский опыт, каждый может подать идею, предложить новый способ действия, взяться за реализацию определенного этапа коллективного творческого дела.

Методы и приемы

По способу организации занятия: словесный, наглядный, практический, игровой, метод проблемного изложения, методы стимулирования творческой активности;

По уровню деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, частично-поисковые, исследовательские.

Материально-техническое обеспечение программы

Для занятий по программе необходимы следующие средства и материалы:

- ПК – 1 шт.;
- Ноутбук – 1 шт.;
- Принтер – 1 шт.;
- Сканер – 1 шт.;
- Проектор – 1 шт.;
- Демонстрационный экран – 1 шт.;
- Спортивный инвентарь для проведения подвижных игр и спортивно-оздоровительных конкурсов;
- Инвентарь и атрибутика для проведения КТД и игр.
- Спортивный зал;
- Наборы канцелярских принадлежностей (карандаши, краски, кисти, ватман, цветная бумага, клей, ножницы и т.д.).

5. Список литературы:

1. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать лазать, метать: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1983.
2. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей: Пособие для воспитателей детского сада. – М.: Просвещение, 1986.
3. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей: методическое пособие. – М.: Terra-Спорт, 2000.
4. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Программа и программные требования. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999.
5. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: Практическое пособие. – Мн.: Высшая школа, 1994.
6. Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программе «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста», - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1999.
7. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.
8. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М.: Радуга, 1982.
9. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: Аркти, 1997.
10. Настольная книга учителя физической культуры/Под ред. проф. Л.Б. Кофмана. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
11. Пономарев С.А. Растите малышей здоровыми (физическое воспитание детей от 3 до 6 лет). – М.: Советский спорт, 1989.
12. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Terra-Спорт, 2000.
Старковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
13. Страковская В.Л. Помогите малышу подготовиться в школьной жизни. Оздоровляющие и развивающие подвижные игры для детей от 1,5 до 7 лет: Методическое пособие. – М.: Terra-Спорт, 2000.
14. Энциклопедический словарь юного спортсмена. –М.: Педагогика, 1979.
15. Хухнаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольном учреждении.- М.: Просвещение, 1984.