

Управление образования администрации
Александровского района Владимирской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный центр туризма,
краеведения и экскурсий»
Детский оздоровительный лагерь «Рекорд»

Утверждаю

Приказ от 14.05.2021г. №22-2/лР

Директор МБУДО «ДООЦТКиЭ»



Л.К.Подгорнова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
спортивной направленности**

«Спортивный калейдоскоп»

стартовый уровень

(Объём программы: 15 часов)

Возраст обучающихся: 6-17 лет

Автор-составитель:

Веселова Анна Николаевна

Педагог-дополнительного образования

г. Александров

2021г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе следующих нормативно-правовых актов и методических рекомендаций:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Постановление 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» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
6. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
9. 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»;
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной

деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

12. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».

13. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

14. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

15. Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 2.06.2020 г. (<http://form.instrao.ru>);

16. Методические рекомендации по разработке программ воспитания.

17. Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31 января 2022 года № ДГ-245/06).

18. Концепция развития дополнительного образования до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р)

Пояснительная записка

В условиях современной цивилизации в связи с резким снижением двигательной активности человека возрастает роль систематических занятий физическими упражнениями, подвижными играми. Народные игры являются эффективным средством развития детей, формируют у них положительное отношение к физической культуре и спорту, способствуют развитию двигательных умений и качеств.

Народные игры, имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Для детей они ценны в педагогическом отношении, оказывают большое влияние на воспитание ума, характера, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребенка, создают определенный духовный настрой, интерес к народному творчеству

Условия загородного оздоровительного учреждения позволяют расширить двигательную активность детей и подростков, усилить мотивацию к занятиям физической культурой и спортом. Включение в ежедневный режим дня спортивных и физкультурных занятий повышает жизненный тонус ребенка, улучшает эмоциональный настрой, в то же время формирует потребность в здоровом образе жизни и отказ от вредных привычек.

Народные подвижные игры включены в содержание программы «Спортивный калейдоскоп» как элементы утренней гимнастики и физкультурных занятий и это чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся. Помимо этого посредством народных подвижных игр у детей разовьется интерес к культурному наследию народа, расширятся представления детей о родной стране, о народных праздниках.

Программа «Спортивный калейдоскоп» имеет модульную систему, состоит из трёх модулей физкультурно-спортивного направления:

Модуль №1 «Школа юных героев»;

Модуль №2 «Аэробика»;

Модуль №3 «На старт!».

В процессе освоения программы дети выбирают один или несколько модулей для обучения. Каждый модуль представляет собой завершённый тематический блок знаний и может рассматриваться как самостоятельная программа.

Календарный учебный график. Продолжительность смены: 21 день. Количество учебных часов по программе: от 5 до 20 часов, академический час равен 40 минутам.

Форма организации деятельности: групповая.

Цель: вовлечение детей в занятия физической культурой и спортом, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению

здоровья через организацию и проведение физкультурно-оздоровительных занятий с элементами народных игр.

Задачи:

1. Обучить основам здорового образа жизни.
2. Обучить основам техники различных видов двигательной деятельности.
3. Формировать двигательные навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения.
4. Стимулировать интерес ребенка к народным подвижным играм и стремление участвовать в них.
5. Способствовать обогащению двигательного опыта через физические упражнения.
6. Развивать физические способности детей.
7. Способствовать развитию морально-волевых и физических качеств, определяющих формирование личности обучающегося.
8. Воспитать уважение к сопернику, чувство товарищества, честность в спортивной борьбе, стремление к спортивному совершенствованию.
9. Сформировать представление о влиянии физических нагрузок на организм.
10. Сформировать желание в выборе здорового образа жизни.

Содержание программы

Учебный план

№ п\п	Модули	Трудоемкость (кол-во ак.часов)			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль №1 «Школа юных героев»	5	1,1	3,9	Устный опрос, наблюдение, спортивные соревнования
2.	Модуль №2 «Аэробика»	5	1,1	3,9	Устный опрос, наблюдение, спортивные соревнования
3.	Модуль №3 «На старт!»	5	1,1	3,9	Устный опрос, наблюдение, спортивные соревнования

Планируемые результаты освоения программы

- Владение арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта, оздоровительной физической культуры и подвижных народных игр, активное их использование в самостоятельно организуемой физкультурно-оздоровительной деятельности.
- Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.
- Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.
- Ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
- Восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья.
- Владение правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену.
- Умение помогать друг другу, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.
- Способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.
- Умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- 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.
- Умение руководствоваться правилами техники безопасности во время занятий, бережном обращении с инвентарем и оборудованием.
- Умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения разучиваемых упражнений, техники игровых действий и приемов, соблюдать правила безопасности.
- Способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- Способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме.

- Способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

При определении уровня усвоения учебного материала следует ориентироваться на уровень овладения ребенком базовыми умениями и навыками в разных играх и упражнениях, элементами техники всех основных видов движений.

Высокий уровень. Активно участвует в разных видах двигательной деятельности, самостоятельно использует свой арсенал движений в разных условиях. Сформирован устойчивый интерес к спортивным и подвижным играм, физическим упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Двигательные действия выполняет правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Средний уровень. Приобретен новый двигательный опыт в процессе выполнения технических элементов спортивных игр. Двигательные действия выполняет правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений. Средний показатель физической подготовленности.

Низкий уровень. Закреплены и усовершенствованы двигательные умения, сформированные ранее. Двигательные действия выполняет в основном правильно, но допускает ошибки, приведшие к неуверенному или напряженному выполнению. С нежеланием играет в подвижные игры, быстро утомляется, пассивен и мало активен.

Список литературы

1. Артамонова Л.Е. Летний лагерь: организация, работа вожатого, сценарии мероприятий. 1-11 классы. – М.: ВАКО, 2006
2. Гурбина А.Е. «Летний оздоровительный лагерь», Волгоград, 2009 г.
3. Григоренко Ю.Н., Кострцова У.Ю., Кипарис-2: Учебное пособие по организации детского досуга в детских оздоровительных лагерях и школе. – М.: Педагогическое общество России, 2002
4. Лобачева С.И. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. Москва: ВАКО, 2007 г.
5. Соколова Н. В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря, - О.: «Детство», 2009 г.
6. <https://easyen.ru/load/vospitatelu/lager/328> Современный учительский портал
7. <https://summercamp.ru/> Электронная_библиотека_%28Методички%29