

Муниципальное казенное образовательное учреждение  
«Ребрихинская средняя общеобразовательная школа»  
Ребрихинского района Алтайского края

Принята на заседании  
методического объединения  
№ \_\_\_\_ от «\_\_» августа 2020г

Утверждаю  
Директор школы: Н.Н.Шрейдер  
Приказ № 169 «25» августа 2020г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

## **«Остров везения»**

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Автор-составитель:  
Шлайгер Н.Е.,  
педагог дополнительного образования

с.Ребриха,  
2020 год

## Пояснительная записка

### Актуальность программы

Не все дети имеют возможность поехать в загородные лагеря, выехать из района к родственникам. Большой процент детей остается дома. Предоставленные сами себе, дети подвержены влиянию улицы, дорожно-транспортным происшествиям, несчастным случаям, они невольно попадают в группы риска. На основе социального заказа муниципального образования и создана летняя досуговая площадка с дневным пребыванием детей. Актуальность программы обусловлена следующими факторами:

- устойчивым спросом родителей на организованный летний отдых учащихся;
- работой по сохранению здоровья и формированию потребности повышения познавательной и творческой активности учащихся;
- необходимостью использования творческого потенциала педагогов в реализации цели и задач программы.

Программа разработана для занятий детей в возрасте 7-12 лет с учетом их половозрастных и социальных особенностей.

Процесс организации воспитательной работы на летней досуговой площадке направлен на вовлечение ребенка в творческую и общественную жизнь с учетом его индивидуальных способностей, выработку ценностного отношения к здоровому образу жизни, формирование на этой основе его нравственного, эстетического, гражданского сознания. С этой целью на летней досуговой площадке выстроена система досугово-воспитательной деятельности, что позволяет обеспечить полноценное воспитание и оздоровление детей.

Организация досуга построена так, чтобы наиболее полно и ярко раскрыть естественную потребность в творческой самореализации ребенка, стать сферой активного самовоспитания, предоставить детям возможность роста и самосовершенствования, преодолеть трудности возрастных проблем. Реализация программы осуществляется через организацию различных видов деятельности. Энергия ребенка в период летнего отдыха находит выход в деятельности творческой, которая, по сути своей, всегда несет психотерапевтический эффект. Использование массовых форм проведения досуга, таких как игры, путешествия, конкурсы, состязания, игровые программы способствуют включению всех детей в творческую деятельность, расширяют кругозор детей, развивают у них любознательность. Программа также способствует формированию самостоятельности детей в организации совместной деятельности, через включение детей в совместное творческое дело на уровне группы и предусматривает развитие и воспитание ребят в коллективе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Остров везения» рассчитана на 17 часов.

### Цели и задачи программы

**Цель:** создание условий, интересных, разнообразных по форме и содержанию для обеспечения полноценного отдыха и творческого развития.

### **Задачи:**

- Способствовать укреплению навыков здорового образа жизни.
- Раскрыть творческий потенциал учащихся.
- Развивать нравственные качества личности на основе общечеловеческих ценностей.
- Научить детей взаимовыручке, взаимопониманию.
- Создать положительный эмоциональный климат в детском коллективе.

Принципы, на которых построена программа, определяют требования к её содержанию, методам и организационным формам. Они отвечают целям и задачам программы.

### **Принципы**

1. Принцип преемственности.

В дополнительном образовании, так же как и на уроках, необходимо добиваться сознательного применения знаний, умений и навыков. От понимания содержания используемого материала, готовности учащихся включать его в свою деятельность во многом зависит формирование интереса ребёнка к подвижным играм.

2. Принцип учета возрастных особенностей учащихся.

Эффективность занятий по данной программе во многом определяется соответствием её содержания, форм и методов психофизиологическим особенностям учащихся. Знание и учёт типичных возрастных особенностей учащихся дают возможность учителю определять задачи и способы организации внеурочной деятельности на каждом этапе прохождения программы.

3. Принцип сочетания коллективных, групповых и индивидуальных форм работы.

Умелое сочетание коллективной, групповой и индивидуальной форм работы основано на хорошем знании учителем контингента учащихся, их интересов, возможностей, планов. Это позволяет оптимально подобрать партнёров, распределить их роли. Индивидуальные, групповые и коллективные виды деятельности должны органически сочетаться между собой.

### **Ожидаемые результаты:**

По окончании программного курса обучающийся должен обладать:

1. базовыми знаниями:

- влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья, работоспособность;
- гигиенические правила при выполнении физических упражнений;

2. личностными качествами:

- ответственности перед командой;
- готовностью к саморазвитию;
- осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку,
- коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,

3. метапредметными результатами:

- умением самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умением самостоятельно планировать пути достижения целей,
- умением 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;
- владением основами самоконтроля, самооценки,
- умением организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умением работать индивидуально и в группе;
- умением формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Оцениваться планируемые результаты следующими способами:  
соревнования, эстафеты.

## Учебно-тематический план

| № | Название раздела, темы  | Количество часов |        |          |
|---|---|------------------|--------|----------|
|   |   | Всего            | Теория | Практика |
| 1 | Инструктаж по ТБ, ПБ, ПДД<br>Открытие летней досуговой площадки                                       | 1                | 1      | 0        |
| 2 | Веселая зарядка<br>Квест – игра «Корабль дружбы»<br>Игры на свежем воздухе                            | 2                | 0      | 2        |
| 3 | Веселая зарядка<br>Спортивная эстафета  | 2                | 0      | 2        |
| 4 | Веселая зарядка<br>Подвижные игры на свежем воздухе<br>«Мишень»<br>«С кочки на кочку»<br>«Без пары»   | 3                | 0      | 3        |
| 5 | Веселая зарядка<br>Викторина «Если с другом вышел в путь...»  | 1                | 0      | 1        |
| 6 | Веселая зарядка<br>Подвижные игры на свежем воздухе<br>«Третий лишний»<br>«Ворота»<br>«Чужая палочка» | 3                | 0      | 3        |
| 7 | Веселая зарядка<br>Лабиринты, кроссворды  | 2                | 0      | 2        |
| 8 | Экскурсия в музей   | 1                | 1      | 0        |
| 9 | Веселая зарядка<br>Подвижные игры на свежем воздухе   | 3                | 0      | 3        |

|    |  |    |   |    |
|----|--|----|---|----|
|    | «Змейка на асфальте»<br>«Бег с шариком»<br>«Нас не слышно и не видно»  |    |   |    |
| 10 | Веселая зарядка<br>Развлекательная программа «Минута Славы»  | 2  | 0 | 2  |
| 11 | Веселая зарядка<br>Подвижные игры<br>«Наперегонки парами»<br>«Ловушки-перебежки»<br>«Вызов номеров»                                      | 3  | 0 | 3  |
| 12 | Современные подвижные игры:<br>«Мяч по кругу»<br>«Поймай рыбку»<br>«Цепи кованы»<br>«Кто больше»<br>«Успевай, не зевай»<br>«День и ночь» | 6  | 0 | 6  |
| 13 | Весёлые старты   | 2  | 1 | 1  |
| 14 | Веселая зарядка<br>Награждение<br>Заккрытие площадки   | 3  | 0 | 3  |
|    | итого  | 34 | 3 | 31 |

### Содержание учебного плана

#### Раздел 1

Инструктаж по ТБ, ПБ, ПДД

Открытие летней досуговой площадки

**Теория:** проведение инструктажа по ТБ, ПБ, ПДД

#### Раздел 2

Веселая зарядка

Квест – игра «Корабль дружбы»

Игры на свежем воздухе

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

#### Раздел 3

Веселая зарядка

Спортивная эстафета

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

#### Раздел 4

Веселая зарядка

Подвижные игры на свежем воздухе

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

#### Раздел 5

Веселая зарядка

Викторина «Если с другом вышел в путь...»

Практика: проведение викторины на свежем воздухе

## **Раздел 6**

Веселая зарядка

Подвижные игры на свежем воздухе

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

## **Раздел 7**

Веселая зарядка

Лабиринты, кроссворды

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

## **Раздел 8**

Экскурсия в музей

**Теория:** информация по определенной тематике музея

## **Раздел 9**

Веселая зарядка

Подвижные игры на свежем воздухе

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

## **Раздел 10**

Веселая зарядка

Развлекательная программа «Минута Славы»

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

## **Раздел 11**

Веселая зарядка

Подвижные игры

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

## **Раздел 12**

Современные подвижные игры:

«Мяч по кругу»

«Поймай рыбку»

«Цепи кованы»

«Кто больше»

«Успевай, не зевай»

«День и ночь»

## **Раздел 13**

Весёлые старты

## **Раздел 14**

Веселая зарядка

Награждение

**Практика:** проведение подвижных игр на свежем воздухе

### Календарный учебный график

| №  | Дата | Тема занятия   | Кол-во часов | Форма контроля |
|----|------|--|--------------|----------------|
| 1  |      | Инструктаж по ТБ, ПБ, ПДД<br>Открытие летней досуговой площадки  | 1            |                |
| 2  |      | Веселая зарядка<br>Квест – игра «Корабль дружбы»<br>Игры на свежем воздухе   | 2            |                |
| 3  |      | Веселая зарядка<br>Спортивная эстафета   | 2            |                |
| 4  |      | Веселая зарядка<br>Подвижные игры на свежем воздухе  | 3            |                |
| 5  |      | Веселая зарядка<br>Викторина «Если с другом вышел в путь...»   | 1            |                |
| 6  |      | Веселая зарядка<br>Подвижные игры на свежем воздухе  | 3            |                |
| 7  |      | Веселая зарядка<br>Лабиринты, кроссворды   | 2            |                |
| 8  |      | Экскурсия в музей  | 1            |                |
| 9  |      | Веселая зарядка<br>Подвижные игры на свежем воздухе  | 3            |                |
| 10 |      | Веселая зарядка<br>Развлекательная программа «Минута Славы»  | 2            |                |
| 11 |      | Веселая зарядка<br>Подвижные игры<br>«Наперегонки парами»<br>«Ловушки-перебежки»<br>«Вызов номеров»                                      | 3            |                |
| 12 |      | Современные подвижные игры:<br>«Мяч по кругу»<br>«Поймай рыбку»<br>«Цепи кованы»<br>«Кто больше»<br>«Успевай, не зевай»<br>«День и ночь» | 6            |                |
| 13 |      | Весёлые старты   | 2            |                |
| 14 |      | Веселая зарядка<br>Заккрытие площадки  | 3            |                |

### Методы и формы обучения

**Словесные методы:**

объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

**Наглядные методы:**

показ упражнений

**Практические методы:**

Метод упражнений; игровой; соревновательный.

**Формы обучения:** групповая.



1. Ты с удовольствием идёшь утром на летнюю площадку? ДА  
НЕТ
2. Если тебе интересно на площадке, то что больше всего нравится: петь, танцевать, рисовать, смотреть телевизор, играть, заниматься спортом или что-то ещё? \_\_\_\_\_
3. Чему ты научился на площадке: выучил песню, научился танцевать, играть в \_\_\_\_\_
4. Если бы тебе разрешили, что бы ты делал на площадке целый день? \_\_\_\_\_
5. Чего нет на площадке, чего бы ты хотел? \_\_\_\_\_
6. Ты пойдёшь на следующий год на площадку? Если не пойдёшь, то почему? \_\_\_\_\_
7. Что ты рассказываешь дома о площадке? \_\_\_\_\_
8. Хочется ли тебе идти домой после площадки? \_\_\_\_\_
9. Какую оценку ты бы поставил за время проведения на площадке? от 1 до 5  
\_\_\_\_\_
10. Кто твой товарищ среди ребят, среди взрослых? \_\_\_\_\_
11. Что особенно понравилось на площадке (спортивные мероприятия, эстафеты, праздники, экскурсии)? Свой вариант  
\_\_\_\_\_

## ИГРА В СЛОВА

Дорогой друг! Расставь нужные слова в предложении так, чтобы у тебя получился портрет твоего отряда.

Наша команда – это \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ люди.

Они собрались для того, чтобы \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ провести время и научиться \_\_\_\_\_.

Поэтому вместе мы чаще всего занимаемся тем, что \_\_\_\_\_.

Наш отряд объединяет \_\_\_\_\_ девчонок.

Наши воспитатели помогают нам в \_\_\_\_\_ и нам вместе с ними \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_.