

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию Администрации Бурлинского района Алтайского края
Филиал «Лесная ООШ» МБОУ «Устьянская СОШ»

Утверждаю:
Директор школы Н.М. Куприенко
Подпись
30.05.2025 Пр. № 5



Краткосрочная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Здоровое лето»

Возраст учащихся: 7 - 10 лет
Срок реализации: 2 недели

Учитель физической культуры:
Неумывако М. Б.

с.Лесное 2025 год

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
- 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Список литературы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, Санитарные правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 №28 санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Актуальность данной программы определяется потребностью в занятости детей в летний период.

Программа «Здоровое лето» решает проблему развития физических, творческих способностей детей, оказывает влияние на формирование двигательных качеств, воображения и мышления, открывающего простор для последующего совершенствования.

Программа позволяет реализовывать индивидуальные потребности детей: коммуникативные, познавательные, инструментальные.

Занятия по данной программе оказывают благоприятное влияние на психологическое развитие детей. Пионербол – это тот вид деятельности, который снимает стресс, напряжение, даёт возможность отвлечься и полностью переключиться от школьной программы.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

- основы знаний;
- спортивные игры (пионербол);
- подвижные игры.

Вид программы: модифицированная.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Адресат программы: дети возраста 7-10 лет. Набор в объединение осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию специальных умений.

Срок и объем освоения программы: 2 недели, 6 педагогических часов.

Уровень освоения программы - стартовый

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательной деятельности: группа – разновозрастная, состав группы является постоянным.

Режим занятий:

Предмет	Стартовый уровень
Пионербол	3 раза в неделю по 1 ч

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель: организация полноценного и безопасного отдыха детей в летний период посредством занятий спортом.

Задачи:

- воспитание дисциплинированности, таких качеств, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе;
- организация интересного, полноценного отдыха ребёнка;
- воспитание интереса к спорту.

Ожидаемые результаты:

В результате освоения программы «Здоровое лето» у учащихся будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия.

1.3. Содержание программы «Здоровое лето» Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности на занятиях.	0,5	0,5	—	Беседа, наблюдение
2	ОФП. Технические действия.	5,5	0,5	5	Наблюдение
Итого:		6	1	5	

Содержание учебного плана

Теоретическая подготовка

1. Влияние физических упражнений на организм занимающихся /0.5 часа/. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы, работоспособность мышц и подвижность суставов.
2. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль /0,5 часа/. Гигиенические требования к местам проведения занятий. Временные ограничения и противопоказания к занятиям пионерболом. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах, растяжении связок.
3. Места занятий и инвентарь, площадка для игры в пионербол в спортивном зале открытом воздухе.

Техника передвижения.

Стойка игрока ноги параллельно на одной линии; одна нога выдвинута вперед. Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед. Бег вокруг площадки с ускорениями и замедлениями на определенных участках, чередования спокойного бега с ускорениями по сигналам. Прыжки толчком двумя ногами, толчком одной ноги. Прыжки с короткого разбега.

Техника владения мячом.

Держание мяча обеими руками. Ловля мяча стоя на месте. Ловля мяча двумя руками на уровне груди. Ловля низко летящего мяча. Ловля мяча в прыжке.

Действия с мячом.

1. Применение изученных способов ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.
2. Применение изученных способов передачи мяча в зависимости от расстояния и направления.

Командные действия

1. Организация командных действий в нападении по принципу выбора свободного места с применением взаимодействия "передай мяч"

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель	2
Количество учебных дней	6
Дата начала и окончания обучения	06.06. 2025- 20.06.2025 (Пн, Ср, Пт)

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	6.06.	11.00-12.00	Беседа, практическое занятие.	1	Техника безопасности на занятиях. Расстановка игроков на площадке.	спортзал	Беседа, наблюдение
2	9.06.	11.00-12.00	Практическое занятие.	1	Правила игры. Учебная игра.	спортзал	Наблюдение
3	11.06.	11.00-12.00	Практическое занятие.	1	Подача мяча. Учебная игра.	спортзал	Наблюдение
4	16.06.	11.00-12.00	Практическое занятие.	1	Приём мяча. Учебная игра.	спортзал	Наблюдение
5	18.06.	11.00-12.30	Практическое занятие.	1	Передача мяча своим игрокам (три касания). Игра.	спортзал	Наблюдение
6	20.06.	11.00-12.00	Практическое занятие.	1	Двусторонняя игра.	спортзал	Соревнование

2.2. Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	Спортивный зал и спортплощадка; <u>Инструменты и приспособления</u> : свисток, табло перекидное, мячи волейбольные мячи, гимнастические скамейки, скакалки.
Информационное обеспечение	Наглядный и раздаточный материал, схемы.
Кадровое обеспечение	Учитель физкультуры

2.3. Формы аттестации: Не предусмотрено.

2.4. Оценочные материалы: Не предусмотрено.

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный (рассказ, беседа, инструктаж)
- Наглядный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуально-групповая
- Практическое занятие
- Беседа

Педагогические технологии:

- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология дифференцированного обучения
- Здоровьесберегающая технология

Дидактические материалы:

- Раздаточные материалы
- Инструкции

Список литературы

Контроль за физической подготовленностью и физическим развитием школьников Мурманской области. Методические рекомендации для учителей физической культуры. – Мурманск, 1993