

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТ-ЦЫ ТЕМИРГОВЕВСКОЙ

Принята на заседании
педагогического совета
от «25» марта
Протокол № 4

2024 г.



С подтверждаю

Директор МБУ ДО ЦДТ

Ст-цы Темирговецкой

М.Б.Гумерова

«25» марта 2024 г.

**КРАТКОСРОЧНАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СПОРТИВНЫЕ РЕБЯТА»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год: 36 часов

Возрастная категория: от 5,5 до 7 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе.

ИД-номер Программы в Навигаторе: 9051

Автор-составитель:

Крупнова Татьяна Андреевна

педагог дополнительного образования

ст. Темирговецкая, 2024 г.

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ».

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Летняя занятость детей сегодня - это не только социальная защита, это еще и пространство для творческого развития, обогащение духовного мира и интеллекта ребенка, что создает условия для социализации молодого человека с учетом реалий современной жизни.

Данная программа является тематической и осуществляется в рамках направления «Физическое развитие и культура здоровья» и нацелена на укрепление здоровья, развитие физических, духовных сил, обогащение знаниями и новыми впечатлениями детей - дошкольников.

Актуальность предлагаемой программы определяется потребностью учащихся и их родителей в программах направления «Физическое развитие и культура здоровья».

Новизна данной программы определяется повышенным интересом в настоящее время к проблеме физического развития детей раннего и дошкольного возраста и заключается в организации занятости детей в летний период времени, как к мощной форме против безнадзорности, асоциального поведения детей.

Педагогическая целесообразность программы «Спортивные ребята» заключается в разработке и применении современных традиционных и инновационных методик в области физического развития и культуры здоровья путем формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни.

Отличительной особенностью данной программы является создание равных условий для занятий физической культурой и спортом, для оздоровления детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Адресатом программы являются дети дошкольного возраста 5,5 – 7 лет. Формируется одновозрастная группа из 13-15 разнополых детей без предварительной подготовки. При комплектовании особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, из семей, имеющих родителей-пенсионеров, а также детям, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Уровень программы – ознакомительный. Данная программа ориентирует учащихся и их родителей для дальнейшего изучения базового уровня в общеобразовательных учреждениях.

Объем и сроки реализации программы.

Программа «Спортивные ребята» является краткосрочной и рассчитана на 12 календарных дней, 36 часов.

Форма обучения – очная.

Режим занятий. Мероприятия проводятся раз в неделю по 3 учебных часа, продолжительность – 45 минут, перерыв – 15 минут.

Особенности организации образовательного процесса:

Состав группы: постоянный.

Цель программы - Организация отдыха, занятости и оздоровления детей, в том числе детей группы «риска» в летний период, формирование ценностного отношения к себе, к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Задачи:

Образовательные:

- создать благоприятные условия для организованного отдыха детей;
- вовлечь детей в активную спортивно-оздоровительную деятельность;

Личностные:

- создать условия для личностного развития каждого учащегося;
- формировать у детей ответственное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни, правильном питании;

Метапредметные:

- Знакомить детей с различными видами спорта, культурой питания;

Учебный план

№ п\п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Кол-во часов		Формы контроля
			Теория	Практика	
1.	Спортивно-игровая деятельность	15	3	12	Демонстрация приобретенных навыков
2.	Познавательные- развлекательные мероприятия	12	4	8	Педагогическое наблюдение
3.	Походы	6		6	Фотоотчеты в соц.сетях
4.	Итоговые занятия	3	1	2	Фронтальный опрос
	Итого:	36	8	28	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Спортивно-игровая деятельность.

Теория: Выявление подготовленности детей. Беседа о правильном питании. Виды спорта.

Практика: Спортивное мероприятие для дошкольников «Ловкие, смелые, сильные, умелые». Спортивно-оздоровительное мероприятие «Скакалка, обруч и я - дружная семья». Спортивно - игровая программа «Гладиаторские бои». Спортивно - игровая программа «Мы - спортивные ребята»

2. Познавательные-развлекательные мероприятия.

Теория:

Беседа о здоровом образе жизни. Что такое зарядка? Беседа «Игры наших мам и пап». Чистота-залог здоровья!

Практика:

Познавательное-развлекательное мероприятие «Доктор Айболит и его советы». Праздник подвижных и спортивных игр «Нас не догонят...» Малые Олимпийские игры «Быстрее, выше, сильнее». Развлекательное мероприятие о ЗОЖ «Путешествие к Планете Здоровья». Познавательное мероприятие «День научных опытов с водой и воздухом».

3. Походы

Практика: Поход в нижний парк. Поход в центральный парк ст. Темиргоевской.

4. Итоговые занятия.

Итоговое занятие «Путешествие в страну здоровья»

Планируемые результаты:

Образовательные:

- будут созданы благоприятные условия для организованного отдыха детей;
- дети будут вовлечены в активную спортивно-оздоровительную деятельность;

Личностные:

- будут созданы условия для личностного развития каждого учащегося;
- у детей будет формироваться ответственное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни, правильном питании;

Метапредметные:

- дети познакомятся с различными видами спорта, культурой питания.

**РАЗДЕЛ № 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ
АТТЕСТАЦИИ».**

Календарный учебный график

№	Дата		Мероприятие	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	Гр 1/1	Гр1/2				
1	1.06	1.06	Выявление подготовленности детей. Спортивное мероприятие для дошкольников «Ловкие, смелые, сильные, умелые»	Соревнование	Стадион	Педагогическое наблюдение
2	3.06	3.06	Виды спорта. Спортивно-оздоровительное мероприятие « Скакалка, обруч и я - дружная семья.»	Спортивная игра	Актовый зал ЦДТ	Педагогическое наблюдение
3	4.06	4.06	Беседа о здоровом образе жизни. Познавательное-развлекательное мероприятие «Доктор Айболит и его советы»	Занятие-игра	Актовый зал ЦДТ	Фотоотчет
4	5.06	5.06	Что такое зарядка? Праздник подвижных и спортивных игр «Нас не догонят...»	Соревнование	Стадион	Педагогическое наблюдение
5	6.06	6.06	Спортивно - игровая программа «Гладиаторские бои»	Соревнование	Актовый зал ЦДТ	Фотоотчет
6	7.06	7.06	Поход в нижний парк.	Экскурсия	парк	Фотоотчет
7	8.06	8.06	Беседа « Игры наших мам и пап». Малые Олимпийские игры «Быстрее, выше, сильнее»	Соревнование	Стадион	Фотоотчет
8	10.06	10.06	Чистота-залог здоровья. Развлекательное мероприятие о ЗОЖ «Путешествие к Планете Здоровья»	Занятие-игра	Футбольное поле	Педагогическое наблюдение

9	11.06	11.06	Познавательное мероприятие «День научных опытов с водой и воздухом».	Практическое занятие	Актовый зал ЦДТ	Педагогическое наблюдение
10	13.06	13.06	Поход в центральный парк ст. Темиргоевской.	Экскурсия	Стадион	Педагогическое наблюдение
11	14.06	14.06	Спортивно - игровая программа «Мы - спортивные ребята»	Занятие-игра	Стадион	Фотоотчет
12	15.06	15.06	Итоговое занятие «Путешествие в страну здоровья»	Открытое занятие	ЦДТ	Фронтальный опрос

Раздел программы «Воспитание»

Цель: Прививать учащимся любовь к Родине, приобщать их к социальным ценностям – патриотизму, гражданственности, исторической памяти и долгу.

Задачи:

- Формирование у детей гражданско-патриотического сознания.
- Создание условий, направленных на формирование нравственной культуры, расширение кругозора, интеллектуального развития. На усвоение учебного материала.
- Пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, социально-опасных явлений.

Формы и методы воспитания.

Ключевой формой воспитания учащихся при реализации программы является организация их взаимодействий в подготовке и проведении дискуссии и познавательных мероприятий.

В воспитательной деятельности с учащимися по программе

используются методы воспитания:

- викторины
- метод убеждения (рассказ, разъяснение),
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями учащихся друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе.

Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Название блоков	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели События
1	Патриотическое воспитание.	июнь	Диспут, игровая программа, посещение музея, викторина, познавательная программа	Фотоотчет, ссылка на мероприятие в соцсети
2	Приобщение детей к культурному наследию России и Кубани	июнь	конкурсы, познавательное мероприятие	Фотоотчет, ссылка на мероприятие в соцсети
3	Физическое развитие и культура здоровья.	июнь	Акции, игровые программы, эстафеты.	Фотоотчет, ссылка на мероприятие в соцсети

Условия реализации программы.

Материально-технические условия предусматривают:

Выбор оптимальных условий и площадок для проведения различных мероприятий; призы и награды для стимулирования.

Игровой материал и спортивный инвентарь соответствует возрастным требованиям, особенностям психофизического развития учащихся.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:

Мячи, обручи, скакалки, теннисные ракетки, кегли, набор для игры «Кольцеброс», мячи-прыгуны, эстафетные палочки. Дидактический материал по теме «Здоровый образ жизни».

Кадровое обеспечение:

В реализации данной программы занят педагог дополнительного образования, соответствующий профессиональному стандарту.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

спортивный конкурс, соревнование, фотоотчет, итоговый отчет.

По окончании данной образовательной программы проводится плановая проверка документации, предоставляется отчет о работе, проводятся отчетные мероприятия (выставки работ, фотоотчеты, показательные выступления, спортивные соревнования и т.д.)

Методические материалы.

Методы обучения:

наглядный, словесный, игровой, практический, объяснительно-иллюстрированный, репродуктивный.

Технологии: Игровая технология, технология группового, дифференцированного обучения, здоровьесберегающая технология.

Формы организации мероприятий:

Конкурс, соревнование, эстафета, поход – экскурсия.

Список обязательной литературы:

1. В. Сулим «Детский фитнес» физкультурные занятия для детей 3 – 5 лет
Творческий Центр Сфера 2014 год.
2. Е. В. Сулим «Детский фитнес» физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет
Творческий Центр Сфера 2014 год..
3. О. Ф. Горбатенко «Физкультурно оздоровительная работа в ДОУ» Учитель,
2008.г.
4. А. И. Буренина «Ритмическая мозаика» Санкт -Петербург. 2000г
5. Н. А. Фомина. «Сказочный театр физической культуры» физкультурные
занятия для дошкольников в музыкальном ритме сказок. Волгоград: Учитель,
2011г

Список дополнительной литературы:

1. Е. А. Бабенко . О. М . Федоровская «Игры которые Лечат» для детей от 5 до 7
лет .издательство «ТЦ Сфера»2016г
2. Е. А .Алябьева . «Нескучная гимнастика» для детей 5 – 7 лет. .издательство
«ТЦ Сфера»2014г
3. Л. И. Пензулаева «.Оздоровительная гимнастика» комплексы упражнений
для детей 3 – 7 лет.2016 год
4. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике
для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2000. -
5. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая
гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2006.
6. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е. Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-
Данс»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-пресс, 2007-384с.

Оценочные материалы:

Двигательные задания	Показатели	Оценка функциональных и двигательных возможностей
Тесты для определения скоростных качеств		
Бег 10 м с хода	3,0–2,0 с	Тест позволяет оценить скоростные качества ребенка и его реакцию на сигнал
Бег 30 м с высокого старта	6,2–8,5 с	Определяется с максимальной скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий
Тесты для определения скоростно-силовых качеств		
Прыжок в длину с места	90–145 см	Тест позволяет оценить скоростно-силовые качества
Прыжок вверх с места	30–50 см	Тест позволяет оценить скоростную реакцию ребенка
Прыжок в длину с разбега	120–200 см	Тест позволяет оценить скоростно-силовые качества и ловкость
Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы	150–350 см	Определяющим моментом в выполнении этого теста является уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности
Бросок теннисного мяча удобной рукой	4–15 м	Тест позволяет определить скоростную реакцию ребенка
Тесты для определения ловкости и координационных способностей		
Челночный бег 3 × 10 м	12,5–9,5 с	Определяется способность

		быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки
Сохранение статического равновесия	12,0–30,0 с	Тест выявляет и тренирует координационные возможности детей
Подбрасывание и ловля мяча	15–20 (кол-во раз)	Тест наиболее ярко характеризует качество ловкости детей и их координационные особенности
Отбивание мяча от пола	10–25 (кол-во раз)	Тестируется ловкость, скорость реакции, устойчивость позы
Задания на гибкость	3–12 см	Тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок, являющихся их функциональной основой
Тесты для определения выносливости		
Бег 90 м на выносливость	30,2–20,8 с	Определяется функциональная устойчивость нервных центров, координирующих функциональную активность двигательного аппарата
Тесты для определения силовой выносливости		
Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 с	9–24 (кол-во раз)	Определяется уровень силовой выносливости

Использование диагностических тестов.

Во время тестирования важно учитывать:

- индивидуальные возможности ребёнка;

- особенности проведения тестов, которые должны выявлять даже самые незначительные отклонения в двигательном развитии ребёнка.

Перед выполнением контрольных двигательных заданий следует провести небольшую разминку (спокойная ходьба, переходящая в бег, непрерывный бег 1,5 минуты, дыхательные упражнения).

Тесты лучше проводить в игровой форме, чтобы детям нравились занятия, чтобы они могли ощутить «мышечную радость» от физических нагрузок.

Следует отметить большой интерес у старших дошкольников к выполнению вышеперечисленных тестовых испытаний. Наблюдения показали, что большая часть (60%) постоянно стремятся сопоставить свои результаты с показателями сверстников. Некоторые дети (30%) даже задумываются над тем, как улучшить свои показатели, стараются неоднократно повторять одно и то же задание, обращаются к педагогу за помощью и стремятся добиться хороших результатов. И лишь незначительная часть детей (10%) остаются пассивными и инертными.

Дети, выполнившие все тесты, с результатами в рамках возрастных норм могут быть отнесены к среднему уровню физической подготовленности; выше ориентировочных показателей (более трёх показателей) - к высокому уровню физической подготовленности. Если из семи тестов, ребёнок имеет от трёх и более показателей ниже нормы, то у него низкий уровень физической подготовленности.