

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №46
с углубленным изучением английского языка
Приморского района Санкт-Петербурга

197183, Российская Федерация, Санкт-Петербург, ул.Савушкина, д.61
sekr.sch46@obr.gov.spb.ru

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 46
Приморского района
Санкт-Петербурга
(Протокол от 05.11.2024 №8)

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 16 от 24.01.2025
Директор ГБОУ школы №46
Приморского района
Санкт-Петербурга
_____/М.Н. Эйдемиллер /

«Орлята России. Орлёнок – спортсмен»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Срок освоения: 12 дней

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Разработчики:
Коробейникова Н.П. ,
Мирошниченко М.А. ,
Коробейников А.В. ,
Воронова С.С.

педагоги дополнительного образования

Пояснительная записка.

Данная программа разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, Уставом образовательного учреждения, а также локальными актами учреждения.

Основные характеристики программы

Направленность ДОП: физкультурно-спортивная.

Актуальность реализации ДОП:

Программа «Орлёнок - спортсмен» разработана на основе методического комплекса к треку «Орлёнок-спортсмен» 1-4 классы в рамках программы развития социальной активности обучающихся начальных классов «Орлята России». Реализация данного трека обусловлена необходимостью усилить двигательную активность детей, так как к середине учебного года накапливается определённая физическая и эмоциональная усталость от учебной нагрузки. Надеемся, что дополнительные физкультурно-оздоровительные мероприятия, в том числе, позволят снизить заболеваемость детей, что актуально в зимний период.

Адресат ДОП: на обучение принимаются обучающиеся (мальчики и девочки) 7 -10 лет, без ограничения и специального отбора, мотивированного к данной предметной области. Наличие специальных способностей в данной предметной области не требуется.

Уровень освоения ДОП: общекультурный.

Объем и срок освоения ДОП: учебных часов 12 (12 дней)

Цель и задачи ДОП:

Формирование представлений о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни, разучивание упражнения утренней зарядки, физкультминуток.

Задачи:

Образовательные

- формировать умение выполнять в определенной последовательности комплекс утренней зарядки;
- узнать о новых видах спорта;
- расширять кругозор и знания о достижениях российских спортсменов.

Развивающие:

- содействовать выполнению упражнений на развитие физических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость);
- развить навык самостоятельной работы и работы в команде;

Воспитательные:

- формировать интерес к занятиям физической культурой и спортом;
- воспитать активную творческую личность, способную принимать самостоятельные решения;
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, толерантность, культуру поведения, навыки общения);

Планируемые результаты освоения ДОП:

Реализация концептуальных идей развития дополнительного образования детей предполагает достижение каждым учащимся личностных, предметных и метапредметных результатов ДОП.

Личностные: формировать ценностное отношение к укреплению своего здоровья, здоровья человека в целом.

Метапредметные: научить объяснять другим особенности выполнения комплекса упражнений; содействовать процессу составления детьми небольших комплексов упражнений для физкультминуток и утренней зарядки; способствовать умению определять цели на занятие с помощью педагога и планировать действия.

Предметные: формировать осознания положительного влияния зарядки на укрепление здоровья.

Организационно-педагогические условия реализации ДОП:

Язык реализации ДОП: в соответствии с Уставом ГБОУ 46 Приморского района Санкт-Петербурга программа реализуется на основе государственного языка – русского.

Форма обучения ДОП: очная.

Особенности реализации ДОП: возможность реализации программы в каникулярное время.

Условия набора и формирования групп ДОП:

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие без специального отбора и наличия базовых знаний в данной области деятельности.

Условия формирования групп: разновозрастные;

Количество обучающихся в группе: списочный состав групп формируется с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы или по норме наполняемости: на 1-м году обучения — не менее 15 человек.

Формы организации и проведения занятий: занятия в объединениях проводится всем составом объединения.

Формы проведения занятий:

Традиционные – беседа, практическая деятельность. Занятия носят как коллективные, так и индивидуальные формы работы.

Формы организации деятельности учащихся:

Фронтальная - работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);

Групповая - организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь)

Коллективная - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (создание коллективного панно);

Материально-техническое оснащение: ДОП:

- мячи, скакалки, палки, обруч, скакалка, шар, кегли, ракетка, спортивный инвентарь

Кадровое обеспечение ДОП: педагог дополнительного образования, обладающий квалификацией, умениями, знаниями, определенными Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п/п | Раздел | Количество часов | | | Форма контроля/ аттестации |
|-------|---|------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. «Утро мы начинаем с зарядки» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, тест |
| 2. | «Должен быть режим у дня» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика |
| 3 | «О спорт, ты – мир!» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра |

| | | | | | |
|---------------|--------------------------------------|-----------|----------|----------|--|
| 4 | «Движение – жизнь!» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, тест |
| 5 | Спортивная игра «Книга рекордов» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 6 | «Азбука здоровья» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, тест |
| 7 | «Сто затей для всех друзей» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 8 | «Готовимся к спортивным состязаниям» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра |
| 9 | «Весёлые старты» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 10 | «Самые спортивные ребята моей школы» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 11 | «Встреча - подарок» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра |
| 12 | Итоговое занятие. «Основы ЗОЖ» | 1 | 0,25 | 0,75 | Беседа, педагогическая диагностика, игра |
| Итого: | | 12 | 3 | 9 | |

Календарный учебный график.

Приказ № 16 от 24.01.2025

Директор ГБОУ школы №46

Приморского района

Санкт-Петербурга

_____/М.Н. Эйдемиллер /

Календарный учебный график реализации дополнительной общеразвивающей программы «Орлята России. Орленок-спортсмен»

на 2025 календарный год

Педагоги: Воронова С.С.

| Год обучения группа | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Колич. уч. недель | Колич. уч. дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|---------------------|---------------------|------------------------|-------------------|-----------------|--------------------------|---|
| 1,5 месяца | | | 6 | 12 | 12 | 2 раза в нед. по 1 часу 1 час - 45 мин |

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 46 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 46
Приморского района
Санкт-Петербурга
(Протокол от 05.11.2024 №8)

УТВЕРЖДЕНО

Приказ №16 от 24.01.2025
Директор ГБОУ школы №46
Приморского района
Санкт-Петербурга
_____/М.Н. Эйдемиллер /

«Орлята России. Орлёнок – спортсмен»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

Срок освоения: 12 дней

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Разработчики:
Коробейникова Н.П. ,
Мирошниченко М.А. ,
Коробейников А.В. ,
Воронова С.С.

педагоги дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса.

Программа «Орлёнок - мастер» включает несколько основных разделов:

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.
2. «Здоровье и здоровый образ жизни»
3. «Мы - юные спортсмены»
4. «Творчество и спорт»

Данный этап – выявление общих творческих и физических способностей детей, формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом. За время занятий дети получают первоначальные знания и умения в области физкультуры, спорта и здоровья, открывают для себя различные виды физической активности, знакомятся с народными подвижными забавами и играми. Основной формой работы на данном этапе являются занятия в большой и малых группах, тройках и парах.

Задачи

Воспитательные задачи:

- воспитать активную, гармонично развитую личность, способную принимать самостоятельные решения
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, толерантность, культуру поведения, навыки общения)
- воспитать настойчивость в труде

Развивающие задачи:

- развить наблюдательность, внимательность
- развить мелкую моторику и глазомер
- развить основные двигательные качества

Образовательные задачи:

- создание необходимых условий для формирования двигательных навыков, приучение к регулярной физической активности;
- воспитание интереса к активной физической деятельности, формирование потребности в ней;
- ознакомить с культурными традициями русского народа в сфере физической культуры
- ознакомить с различными видами спорта

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

| | | Теория | Практика | Формы контроля |
|----|---|---|--|--|
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. «Утро мы начинаем с зарядки» | Какие бывают комплексы утренней зарядки. Понимание значения утренней зарядки как средства организации здорового образа жизни | Продумывают по 2 упражнения для разных случаев: для утренней гимнастики, для физкультминуток на уроках, для физкультминуток во время выполнения домашнего задания. | Беседа, тест |
| 2. | «Должен быть режим у дня» | Как научиться систематизировать основные составляющие здорового образа жизни. | Решают ребус «Режим дня». Составляют режим дня | Беседа, педагогическая диагностика |
| 3 | «О спорт, ты – мир!» | Спортсмены России- чемпионы мира | Создают эмблему для любимого вида спорта; составляют рассказ об этом виде спорта. | Беседа, педагогическая диагностика, игра |
| 4 | «Движение – жизнь!» | Представление о роли подвижных игр для взросления. | Придумывание нового вида спорта на основе имеющихся предметов: мяч, лыжи, палки, обруч, скакалка, шар, кегли, ракетка и т.д. Придумывать правила к новым видам спорта | Беседа, тест, игра |
| 5 | Спортивная игра «Книга рекордов» | Организация мини-соревнований по придуманным учащимися новым видам спорта | Организуют соревнования и участвуют в них. | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |

| | | | | |
|----|--------------------------------------|--|---|--|
| 6 | «Азбука здоровья» | Каким должен быть «Орлёнка – Спортсмена, чтобы постоянно оставаться здоровым, активным, энергичным, сильным | Сравнить свои качества с качествами «Орлёнка – Спортсмена» | Беседа, тест |
| 7 | «Сто затей для всех друзей» | Активный образ жизни. Как играть в подвижные игры, чтобы все остались друзьями. | Совместная игровая деятельность | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 8 | «Готовимся к спортивным состязаниям» | Роль и значение болельщиков в спорте. | Создают «Плакат болельщика» и сочиняют кричалку для поддержки спортсменов класса | Беседа, педагогическая диагностика, игра |
| 9 | «Весёлые старты» | Коллективная игровая деятельность | Проведение и участие в веселых стартах. | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 10 | «Самые спортивные ребята моей школы» | Спортсмены лица, рассказывают о своём любимом виде спорта, рассказывают о тех российских спортсменах, которые являются для них примером. | Совместная игровая деятельность | Беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование |
| 11 | «Встреча - подарок» | Достижения российских спортсменов. Образ здорового и сильного человека на основе конкретного примера | Смотрят видео о великих спортсменах СССР и России. Участвуют в эстафете по созданию образа «Орлёнка – Спортсмена» | Беседа, педагогическая диагностика, игра |

| | | | | |
|----|--------------------------------|--|---|--|
| 12 | Итоговое занятие. «Основы ЗОЖ» | Закрепление понятия здорового образа жизни и его основ | Смотрят видео «Мы за здоровый образ жизни!» Работают по группам над презентацией основ здорового образа жизни | Беседа, педагогическая диагностика, игра |
|----|--------------------------------|--|---|--|

Планируемые результаты освоения ДОП:

Предметные результаты:

- узнать различные виды спорта и знаменитых спортсменов;
- научиться выполнять комплекс утренней гигиенической гимнастики и физкультурных минуток;
- научиться технически правильно выполнять основные упражнения, входящие в комплекс ГТО
- научиться играть в подвижные игры, соблюдая правила

Метапредметные результаты:

- развивать основные физические качества;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль своей физкультурно-спортивной деятельности;
- развивать интерес и положительное отношение к здоровому образу жизни;

Личностные результаты:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- формировать навык самостоятельной работы и работы в группе при выполнении практических и творческих работ;

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Дата по плану | Дата по факту | Тема | Кол-во часов | Форма контроля |
|-------|---------------|---------------|---|--------------|-----------------|
| 1. | | | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | Входной |
| 2. | | | Комплекс утренней гигиенической гимнастики. | 1 | Текущий |
| 3. | | | Игра по станциям «Здоровье в порядке - спасибо зарядке». | 1 | Текущий |
| 4. | | | Игра – соревнование – дети России образованы и здоровы. | 1 | Текущий |
| 5. | | | Подвижные игры. Придумываем и учимся играть. | 1 | Текущий |
| 6. | | | Игра «Волейбол на полотнах». | 1 | Текущий |
| 7. | | | Тесты: <ul style="list-style-type: none"> • Прыжки в длину с места • Наклон из положения стоя • Челночный бег 3*10 метров • «Отжимания» | 1 | Текущий |
| 8. | | | Игра «Лапта». | 1 | Текущий |
| 9. | | | Командные подвижные игры. | 1 | Текущий |
| 10. | | | Игры: «Народный мяч», «Лапта». | 1 | Текущий |
| 11. | | | Эстафета ГТО. | 1 | Текущий |
| 12. | | | Соревнования «Веселые старты» | 1 | Итоговый |

Формы контроля и оценочные материалы

Формы контроля

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- входной - изучение отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка. Направлен на выявление требуемых на начало обучения знаний и умений, дает информацию об уровне развития двигательных качеств учащихся. Для этого вида контроля используются методы: наблюдение, тестирование.
- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий, беседа, педагогическая диагностика, игра, соревнование
- итоговый – участие в соревнованиях «Веселые старты».

Методические и оценочные материалы.

При реализации программы «Орлёнок - спортсмен» используются как традиционные методы обучения, так и инновационные технологии: репродуктивный метод (педагог сам объясняет материал); объяснительно-иллюстративный метод (иллюстрации, демонстрации, в том числе показ компьютерных презентаций); проблемный (педагог помогает в решении проблемы); поисковый (воспитанники сами решают проблему, а педагог делает вывод); эвристический (изложение педагога + творческий поиск обучаемых), методы развивающего обучения.

Использование разнообразных форм обучения повышает продуктивность занятий, повышает интерес учащихся к учебному процессу.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для детей и родителей:

1. Большая олимпийская энциклопедия. – М.: Физкультура и спорт, 2017.
2. Газеты: Советский спорт, Спорт-экспресс, 2014-2015.
3. Родиченко В.С Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России. – 17 изд. -М.: Физкультура и спорт, 2015.
4. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основа знаний. Учебное пособие.-М.: Советский спорт, 2014.
5. Столбов В. В. История физической культуры и спорта. -М.: Физкультура и спорт, 2015

Список литературы для педагога:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2011.
2. Настольная книга учителя физкультуры / под редакцией Л.Б. Кофмана / «Ф и С» Москва 1998г.
3. Б.Н.Минаев, Б.М. Шиян, «Основы методики физического воспитания школьников» Москва, «Просвещение», 1989г.
4. Спортивные праздники и мероприятия в школе. Спортивные и подвижные игры. / М.В.Видякин/ «Учитель» Волгоград 2007г.
5. Новиков Ю. А. Общая физическая подготовка/ Ю. А. Новиков- М.: «Физкультура и спорт»,2010 г.
6. Гужаловский А.А. Основы теории и методики физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 2016.
7. Журналы: Физкультура в школе; Теория и практика, 2014-2015.
8. Коротков Н. М. Подвижные игры для детей. -М.: Советская Россия, 2017.
9. Лукьяненко В. П. Физическая культура: основа знаний. Учебное пособие.- М.: Советский спорт, 2014.
10. Столбов В. В. История физической культуры и спорта – М.: Физкультура и спорт, 2014.
11. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений./Пер. с польского –М:
12. Физкультура и спорт, 2018.
13. Чесноков Н. Н. Тестирование уровня знаний по физической культуре: Учебно-методическое пособие.- М.: Спорт Академ. Пресс, 2014.

Оценка результатов обучения.

Параметры, определяющие наличие учебной мотивации:

- Активность на уроке.
- Уровень произвольности процессов внимания на уроке.
- Отношение к оценке своего труда.
- Навыки общения в коллектив.
- Проявление интереса к занятиям.

