

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СИМФЕРОПОЛЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 15
ИМЕНИ КАВАЛЕРА 2-Х ОРДЕНОВ «КРАСНАЯ ЗВЕЗДА» А.П. ШЕПЛЯКОВА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКА КРЫМ**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
от «18» 08 2024 г

Протокол № 12

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ № 15
им. А.П. Шеплякова»

Приказ № 542 от 28.08.2024 г



Н.Б.Климова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»

Направленность. физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год

Вид программы: модифицированная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 8-9 лет

Составитель:

Дранович Анна Юрьевна,

педагог дополнительного образования

г Симферополь, 2024 год

Содержание программы

1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Воспитательный потенциал программы
- 1.4. Содержание программы
- 1.5. Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Список литературы

3. Приложение

- 3.1. Календарный учебный график (таблица).
- 3.2. Оценочные материалы.
- 3.3. Методические материалы.
- 3.4. Календарно-тематическое планирование.
- 3.5. План воспитательной работы.
- 3.6. Лист корректировки

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 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»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования

по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями));

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Устав МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 15 имени Кавалера 2-х орденов «Красная звезда» А.П. Шеплякова» муниципального образования городской округ Симферополь;

– Положение о дополнительной общеобразовательной программе МБОУ «СОШ № 15 им. А.П. Шеплякова»;

– Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам МБОУ «СОШ № 15 им. А.П. Шеплякова».

Направленность программы «Веселые старты» - физкультурно-спортивная.

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ориентировано на:

1) создание необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;

2) удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном развитии;

3) формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление, развитие и поддержку одаренных и талантливых детей и молодежи;

4) обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического, трудового и этнокультурного воспитания учащихся, сохранение культурного наследия региона;

5) формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

Актуальность Программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Новизна Программы.

Исследования последних лет показали, что увеличение объема и интенсивности двигательной активности детей в режиме дня способствует совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной), физическому и нервно-психическому развитию моторики.

В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания младших школьников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, вырабатывали ловкость и координационные способности детей.

Отличительной особенностью данной образовательной программы является физкультурно-спортивная направленность. В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растёт количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья школьников является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Воспитывая в школьниках самостоятельность, учитель помогает им решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте. Теория и практика физического воспитания убедительно свидетельствует, что особую значимость имеют упражнения, направленные на развитие качества выносливости (бег, прыжки, подвижные игры, эстафеты), которые как раз и способствуют расширению функциональных возможностей сердечно-сосудистой, дыхательной систем, совершенствованию деятельности центральной нервной системы и тем самым общему укреплению здоровья и повышению работоспособности организма.

Педагогическая целесообразность Программы. На фоне прогрессирующей гиподинамии, актуальной стала задача формирования у детей интереса к движению. Двигаясь, ребенок становится более ловким, смелым, уверенным в своих силах. Достигнутый уровень развития физических качеств,

психологическая готовность к большей концентрации волевых усилий, обеспечивают новый виток физического развития, дальнейший рост физических возможностей детей, усвоение более сложных двигательных действий, овладение их техникой. Так постепенно совершенствуется уровень физического развития ребенка, необходимый для определенного возрастного этапа. Одним из видов двигательной деятельности является эстафета.

Адресат программы

Программа рассчитана на работу с мальчиками и девочками 8-9 лет. Не имеющих медицинских противопоказаний к занятию физической культурой и спортом.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации программы -1 год, всего 108 часов в год.

Форма проведения занятий групповая.

Уровень программы – базовый.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса осуществляется на основании учебного плана, календарного-учебного графика, программы дополнительного образования и разработанного на ее основе календарно-тематического планирования. Строгая регламентация деятельности занимающихся и дозирование нагрузки. Постоянный состав занимающихся и их возрастная однородность. Условия дополнительного набора: в группу могут быть зачислены учащиеся, успешно прошедшие собеседование, если имеются свободные места в группе, в связи с переездом детей или иными обстоятельствами, не позволяющими ребенку далее посещать объединение. Использование разнообразных организационных форм, средств, методов и приемов. Гибкая информационная система контроля знаний, умений и навыков. Планирование учебных занятий согласовано с общим планом физкультурно-массовой работы школы. Основной формой занятия является спортивная тренировка. Занятия по данной дополнительной общеразвивающей программе возможно как в очном формате, так и с применением дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий

Продолжительность обучения: 3 часа в неделю, 108 часов в год. Продолжительность одного академического часа – 45 минут, перерывы между академическими часами могут быть от 5 до 10 минут, между группами от 10 до 15 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель Программы – содействие всестороннему физическому развитию, совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств, выявление лучших спортсменов для выступления на районных и муниципальных соревнованиях.

Реализация поставленной цели предусматривает решение ряда задач.

Задачи Программы

Образовательные (предметные, обучающие):

Образовательные:

- формирование представлений о здоровом образе жизни;
- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий.

Метапредметные (развивающие):

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.
- стимулировать проявление активности, инициативы, самостоятельности и творчества;

Личностные (воспитательные):

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Эстафета - это одна из разновидностей подвижных игр командного характера с правилами, которые являются для детей наиболее увлекательной формой двигательной активности, т.к. ориентируют их на достижение определенной цели. В играх-эстафетах команды детей состязаются между собой в преодолении различных препятствий, в быстром и рациональном решении двигательных задач. Эти игры характеризуются совместной деятельностью команд, направленной на достижение общих целей, подчинением личных интересов интересам всей команды, а также тем, что от действий каждого игрока зависит победа всей команды. Игры-эстафеты приучают детей согласовывать свои действия с действиями своих товарищей.

Эстафета способствует укреплению здоровья детей и приобретению прочного запаса двигательных умений и навыков. Она помогает вызывать у детей положительное отношение к усвоению техники нового движения, быстрее осмыслить двигательные задания, повышать двигательную,

эмоциональную, мыслительную активность детей, а также совершенствовать двигательную память и развивать внимание.

Коллективные соревнования воспитывают чувство ответственности перед товарищами, вызывают уважение друг к другу, гордость за достигнутые успехи. Для проведения эстафет необходимо, чтобы все дети умели правильно выполнять элементы техники движения, включенные в задание. Успешное выполнение движений вызовет чувство уверенности в своих силах, желание совершенствовать навыки. Участие в эстафетных соревнованиях способствует появлению у детей критического отношения к успехам и неудачам, умения устанавливать их причины, развивает чувства уважения к «сопернику».

1.4. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Темы	Всего часов	Аудиторные часы		Форма контроля
			Теория	Практика	
I.	Эстафеты простые	36			
	с элементами легкой атлетики	15		15	Педагогическое наблюдение. Практические игры
	с элементами гимнастики	2		2	Педагогическое наблюдение. Практические игры
	с элементами баскетбола	4		4	Педагогическое наблюдение. Практические игры
	с элементами волейбола	5		5	Педагогическое наблюдение. Практические игры
	с элементами футбола	5		5	Педагогическое наблюдение. Практические игры
	с элементами других спортивных игр	5		5	Педагогическое наблюдение. Практические игры
II.	Комбинированные эстафеты	30		30	Педагогическое наблюдение. Практические игры
III.	Веселые эстафеты	39		39	
	Викторины	3	3		Товарищеские встречи
	Итого:	108	3	105	

Содержание программы Простые эстафеты с элементами легкой атлетики

- Бег змейкой с мячом в руках.
- Полоса препятствий (проползти под барьерами высотой 50см).
- Метание мяча в обруч.
- Прыжки через барьеры на двух ногах.
- Передача мяча над головой двумя руками.

- Прыжок всей командой. Выполняется поочерёдно каждым участником двумя нога-ми с места. Следующий начинает прыжок с места приземления предыдущего участника.
- Бег с малым мячом в руках до стойки и обратно. Передача мяча из рук в руки.
- «Передача эстафетного огня». Бег с факелом (конус перевёрнутый отверстием вверх на нём лежит волейбольный мяч) до стойки и обратно. Конус держать двумя руками. При передаче мяч придерживать рукой.
- Прыжки на двух ногах, мяч держать между коленей. Упражнение выполнять до стойки, обратно бег с мячом в руках. Мяч передать в руки.
- Бег с волейбольным мячом до обруча, положить мяч в обруч, продолжить бег до стойки, на обратном пути поднять мяч, добежать до следующего участника, пере-дать мяч в руки.
- «Передай мяч». Команда стоит в шегенге, мяч передают вправо, последний игрок, получив мяч, выбегает вперёд, встаёт и начинает передачу вновь. Эстафета заканчивается, когда вперёд встанет капитан.
- «Верблюды». Бег с мячом за спиной. Мяч держать за спиной двумя руками.

Эстафета «Олимпийцы среди нас»

Бег с эстафетной палочкой в руках (две поворотные стоки - одна перед командой на расстоянии Юм, другая позади на расстоянии 5м). Игрок оббегает стойку, стоящую впереди, затем оббегает стойку позади команды и только потом передаёт палочку игроку, стоящему впереди колонны. Выигрывает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Разминка

Команда стоит в колонну по одному. У первого участника в руках мяч. Он бежит до фишки и оставляет мяч, затем возвращается в команду. Второй участник бежит до фишки, забирает мяч, с ним возвращается в команду и передает третьему участнику. Третий бежит с мячом и оставляет его у фишки, четвертый забирает мяч и переедет пятому и т.д. как только мяч вновь окажется в руках у первого участника эстафету можно считать оконченной.

Гигантский прыжок

Команды строятся в колонны. От стартовой черты первый участник выполняет прыжок в длину с двух ног с места, остальные последовательно выполняют прыжки с места приземления предыдущего участника. Побеждает та команда, которая оказалась дальше от стартовой линии.

Передача мяча над головой

Команда строится в одну колону. По команду судьи первый участник начинает передавать мяч назад команде. Как только мяч оказался в руках у последнего игрока – он сразу бежит вперед и точно так же начинает передавать мяч. И когда первый участник вновь станет первым – команда закончила игру.

Встречная эстафета

Педагогическая задача. Закрепление техники передачи эстафеты, развитие скоростных качеств.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды и строятся в две колонны. Колонны делятся пополам. Обе половины колонны поворачиваются лицом друг к другу и отступают назад на расстояние 10–15 м в зависимости от размеров площадки и от задания. Одна команда от другой находится на расстоянии 2–4 м. Перед игроками, стоящими впереди, чертят линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку или стартовой палочке. Если в каждой команде нечетное число участников, то флажки дают первым игрокам той половины команды, в которой на одного играющего больше.

Ход игры. По сигналу руководителя игроки с флажками бегут к своим впереди стоящим игрокам на противоположную сторону площадки, отдают им флажки и встают сзади этой половины команды. Получившие флажки бегут вперед, каждый к своей половине команды, стоящей напротив, и, передав флажок очередному игроку, стоящему впереди, встает в конец той половины, в которую прибежал. Колонна, игрок из которой выбегает, подвигается на полшага вперед к черте начала бега.

Игра заканчивается, когда последний из перебегающих какой-либо из команд передаст флажок игроку, начавшему игру.

Побеждает команда, закончившая перебежку раньше.

Правила.

1. Начинать игру можно только по команде.
2. Выходить за линию до начала бега нельзя до тех пор, пока не будет передан флажок или эстафета.
3. Если во время перебежки игрок уронил флажок, он должен сам поднять его и продолжать бег.
4. Команда, допустившая ошибку, получает штрафное очко.
5. Выигрывает команда, закончившая игру раньше и имеющая меньше штрафных очков.

Если в этой игре закрепляется навык передачи эстафетной палочки, то игрок обегает вторую половину колонны, передает палочку впереди стоящему по правилам передачи эстафеты в легкой атлетике и встает в конец этой половины колонны.

Встречная эстафета с мячом

Педагогическая задача. Закрепление техники передачи и приема мяча.

Для этой игры требуется 2 баскетбольных или волейбольных мяча. То же построение играющих, что и в предыдущей игре, только впереди стоящие в колоннах получают по мячу.

Ход игры. По сигналу игроки передают мячи (перебрасывая их) стоящим впереди в другой половине своей команды. Передав мяч, игрок становится в конце своей половины колонны. Игрок противоположной половины

команды, получив мяч, передает его стоящему впереди на противоположную сторону, а сам становится в конец своей половины колонны. Так игра продолжается, пока мяч не вернется к начинавшим игру. Выигрывает команда, закончившая передачу мячей раньше. Можно ввести не передачу мяча по воздуху, а ведение его об пол (дриблинг) и последующую передачу впереди стоящему в другой половине колонны. Также поступает и следующий игрок. При передаче мяча с помощью ведения расстояние между половинами колонн должно быть не меньше 15 м.

Правила игры остаются те же, что и в предыдущей игре, только добавляется, что передачу, ловлю, ведение мяча надо исполнять точно указанным способом. За каждое неправильное ведение, передачу и ловлю мяча начисляется штрафное очко.

В результате выигрывает команда, у которой окажется больше очков. Система определения победителя – как и во всех эстафетах (очковая).

Бег командами

Педагогическая задача. Развитие быстроты бега и согласованности в действиях.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды и каждая выстраивается в колонну по одному. Колонны стоят параллельно одна другой на расстоянии 2–4 шагов одна от другой. Перед колоннами проводят стартовую черту. Напротив каждой колонны на расстоянии 15–20 м ставят стойку или другой предмет. Каждый играющий в колонне обхватывает руками стоящего впереди.

Ход игры. По сигналу руководителя игроки в колоннах бегут вперед до своей стойки (предмета), огибают ее и возвращаются назад, пробегая стартовую линию (с которой начинали бег). Во время бега играющие держатся за пояс впереди стоящих, не отрываясь, до финиша и обратно до старта.

Выигрывает команда, игроки которой пробежали всю дистанцию, не разъединившись, и раньше пересекли стартовую черту всей колонной.

Правила.

1. Выбегать можно только по сигналу.
2. Во время бега нельзя разъединять руки. Тот, кто это сделал, должен догнать и снова схватить за пояс впереди бегущего игрока.
3. Все стоящие в колонне должны обогнуть свою стойку. Команде, игрок которой нарушил правила, начисляется штрафное очко.

Гонки поездов

Построение игроков то же, что и в игре «Бег командами». Начинают бег только первые игроки команд. Игрок, вернувшийся к своей команде, соединяется со вторым по очереди игроком и тот, обхватив его за пояс, бежит вместе с ним и огибает стойку. Прибежав к своей колонне, присоединяют третьего игрока и так бегут, пока не присоединится последний игрок колонны. Заканчивается игра, когда вся команда пересечет стартовую линию. Остальные правила те же, что и в предыдущей игре «Бег командами».

Эстафета с прыжками в длину и высоту

Педагогическая задача. Закрепление техники прыжков в длину и в высоту.

Подготовка. Играющие делятся на две равные команды и выстраиваются в колонны по одному параллельно одна другой на расстоянии 3 м одна от другой. Перед впередистоящими проводят стартовую черту, а в 5-6 м от нее (на площадке можно и дальше) чертят две параллельные черты, образующие коридор шириной 1 – 1,5 м. За дальней линией коридора против каждой команды кладут по мату. Далее на расстоянии 4–7 м от матов ставят две стойки напротив команд. На стойки натягивают веревочку для прыжков на высоте 90–110 см (в зависимости от возраста ребят), а за ней кладут 2 мата для приземления.

Ход игры. По команде руководителя: «Приготовиться, внимание, марш!» впередистоящие бегут вперед, перепрыгивают через нарисованный коридор, бегут дальше, выполняют прыжок в высоту через веревочку, приземляются на маты и, обежав стойку, возвращаются обратно в свою колонну, где касаются рукой впереди стоящего. То же выполняют очередные игроки. Прибежавший встает в конец своей колонны, и все делают полшага вперед, с тем, чтобы впередистоящий всегда был у стартовой черты. Это задание выполняют все по очереди. Когда к начинавшему игроку, оказавшемуся опять впереди своей колонны, подбежит последний игрок колонны, он подает своей колонне команду «Смирно!» Все играющие в колонне принимают соответствующее положение.

Побеждает команда, закончившая эстафету раньше и не допустившая ошибок.

Правила.

1. Первые игроки стоят у стартовой черты, не заступая за нее, и начинают бег только по команде.

2. Игроки не должны выходить за стартовую черту навстречу возвращающемуся игроку, иначе они получают штрафное очко.

3. Преодолевая препятствия, нельзя заступать за черту коридора и при прыжке задевать веревочку. Допустивший ошибку получает штрафное очко.

4. Команда, имеющая больше штрафных очков, не может считаться победительницей, если даже закончит игру быстрее. Итоги подводятся, как и во всех эстафетах по очковой системе.

Эстафета с палками и прыжками

Педагогическая задача. Воспитание внимания. Развитие координации и прыгучести.

Подготовка. Для игры требуются две гимнастические палки (или простые палки длиной 1 м каждая).

Все играющие делятся на две равные команды. Каждая команда выстраивается в колонну по одному, и обе колонны становятся параллельно на расстоянии 3–4 м одна от другой. Перед колоннами проводят начальную (стартовую) черту. На расстоянии 10–20 м от начальной черты против

каждой колонны ставят по стойке или кладут по какому-либо предмету (мату, набивному мячу и т.п.), на площадке можно воткнуть в землю флажки.

Ход игры. Первые игроки в колоннах получают палки. По сигналу преподавателя игроки с палками бегут до установленного против них предмета, огибают его, возвращаются к себе в колонну, подают второй конец палки очередному игроку.

Держась за концы палки, оба игрока опускают ее вниз и в таком положении, двигаясь вдоль своей колонны, проводят палкой под ногами всех играющих, которые перепрыгивают через нее.

Первый игрок остается в конце колонны, а другой с палкой бежит до конечной цели, огибает ее и возвращается в свою колонну. Здесь он подает один конец палки следующему очередному игроку и так же проводит палкой под ногами всех играющих в его колонне и остается в конце, а партнер бежит к конечной цели и т.д.

Игра заканчивается, когда все играющие примут участие в пробежке с палкой.

Палка возвращается опять к игроку, начавшему игру, и он поднимает ее вверх.

Победительницей считается команда, все игроки которой выполнили задание и у которой в сумме оказалось больше очков.

Правила.

1. При проведении палкой под ногами, проносящим палку нельзя отрывать от нее рук.

2. Начинать игру каждому можно только, не заступая за стартовую черту.

3. Обязательно надо обогнуть конечный предмет.

4. За каждую ошибку команда получает штрафное очко. Палки в игре можно заменить прыгалками.

Система определения победителя очковая.

Скакуны

Педагогическая задача. Воспитание внимания. Развитие прыгучести.

Подготовка. Очерчивается площадь для игры в форме квадрата 8 х 8 м или прямоугольника

8 х 10 м (размер ее зависит от количества играющих и их физического развития). Играющие делятся на две равные команды, одна – «скакуны», другая – «бегуны». За линией площадки помещаются «скакуны», становясь в шеренгу. С одной стороны шеренги становится капитан команды «скакунов», а с другой – очерчивается место для пленников или ставится для них скамейка. Команда «бегунов» располагается произвольно по всей площадке в пределах ее границы.

Ход игры. Капитан скакунов посылает одного из своей команды в поле. Посланный выскакивает в поле на одной ноге. Его задача – салить игроков другой команды (бегунов), которые спасаются от преследования, бегая на двух ногах. Осаленный игрок идет в плен к скакунам и становится или садится за линией плена. По команде капитана: «Домой!» (через 10–15

секунд) скакун возвращается на свое место в шеренгу, а капитан скакунов или руководитель вызывает следующего скакуна, который выскакивает в поле и начинает, прыгая на одной ноге, ловить бегающих. И так игра продолжается. Каждый раз пойманный идет в плен к соперникам. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки поля не будут переловлены. После этого команды меняются ролями. Игра повторяется.

Побеждает команда, сумевшая в более короткое время переловить всех игроков в поле.

Правила.

1. Скакун выходит в поле только тогда, когда дана команда и предыдущий скакун вернулся к себе в дом.

2. Пойманные игроки сидят в плену до конца игры.

3. За границы площадки выбегать нельзя. Выбежавший считается пойманным.

4. Если скакун, находясь в поле, переменял ногу или оступился, он возвращается в дом.

5. Капитан скакунов также ловит бегунов, выходя в поле по своему усмотрению после вернувшегося скакуна.

Эстафета гусеница

Педагогическая задача. Воспитание согласованности в действиях, развитие прыгучести.

Подготовка. Играющие разбиваются на две команды, и каждая команда делится пополам. Половины обеих команд становятся на одной стороне площадки (зала), две другие – на противоположной на расстоянии 10–15 м. Перед впереди стоящими и в той и в другой половине команд чертят линии старта.

Ход игры. Игроки одной половины команд принимают положение «гусеницы». Каждый игрок, кроме первого, кладет левую руку на левое плечо впереди стоящего в его колонне, а правой рукой поддерживает голеностоп его правой ноги, согнутой в коленном суставе. В целом вся группа образует гусеницу. По сигналу они начинают продвигаться вперед, прыгая на одной ноге и сохраняя равновесие. Продвигаются они к своей второй половине команды. Как только замыкающий в каждой из этих колонн пересечет противоположную линию, в игру вступают участники второй половины группы, приняв положение гусеницы. Они продвигаются вперед таким же образом. Когда замыкающий второй половины команды пересечет линию старта, игра заканчивается.

Побеждает команда, быстрее выполнившая бег гусеницей, когда замыкающий второй половины команды пересечет линию старта при условии, что ее игроки во время продвижения сохраняют положение гусеницы.

Правила.

1. Начинать бег гусеницы можно только по сигналу. Если гусеница выбежит раньше, старт повторяется.

2. Во время продвижения вперед на одной ноге нельзя менять положение, чтобы сохранить равновесие. За ошибки в передвижениях засчитываются штрафные очки.

3. Команда, закончившая раньше другой продвижение гусеницей, но имеющая большее, чем другая, количество штрафных очков, не побеждает. Игра повторяется.

Перетягивание в парах

Педагогическая задача. Развитие силы.

Подготовка. Посередине площадки (зала) вдоль нее чертят линию, справа и слева чертят еще две линии параллельно ей на расстоянии 2–3 м от средней линии. Играющие делятся на две равные команды и строятся около средней линии – одна команда лицом к другой. Желательно, чтобы игроки, стоящие напротив друг друга, были примерно одинаковы по росту и силе.

Ход игры. Игроки, стоящие друг против друга, подходят к средней линии, берутся за руки (желательно за запястье), левые – кладут за спину. По сигналу руководителя игроки начинают тянуть в свою сторону соперников, стараясь перетянуть их за черту, находящуюся за спиной. Перетянутый за черту игрок остается на стороне соперника за чертой до подсчета очков. Игра заканчивается, когда все игроки перетянуты в ту или другую сторону.

Выигрывает команда, сумевшая перетянуть больше игроков. Игру можно усложнить: перетянувшему своего соперника разрешается помогать товарищу по команде, взяв его за пояс, и совместно с ним перетягивать.

Правила.

1. Начинать перетягивать можно только по установленному сигналу. Игрок, начавший перетягивание раньше, считается проигравшим.

2. Перетягивание разрешается только установленным способом: одной рукой, двумя руками, держась двумя руками за плечи, и др.

3. Игрок должен перетянуть своего соперника за линию, находящуюся за его спиной на расстоянии 2–3 м от средней.

4. Перетягивать можно только установленным способом и так, чтобы соперник полностью оказался за линией.

Бег с тачками

Педагогическая задача. Развитие силы мышц плечевого пояса и согласованности в действиях.

Подготовка. Играющие разбиваются на две равные по силам команды, и каждая команда разделяется попарно. Каждая команда становится в колонну по одному. Перед колоннами чертят стартовую линию. В 8–10 м от стартовой линии кладут напротив каждой команды по набивному мячу (или ставят стойки, табуреты, кладут другие предметы) для обозначения места финиша. Один из играющих в первой паре каждой команды принимает положение упора лежа и разводит ноги на ширину плеч. Партнер берет его за ноги и приподнимает их от земли (пола).

Ход игры. По сигналу руководителя первые пары в указанном положении катят «тачки» вперед: кто находится в положении упора, перебирает руками,

стремясь передвигаться вперед, а стоящий сзади поддерживает его ноги, помогая ему продвигаться. Когда пара пересечет линию финиша, на которой находятся набивные мячи, игроки меняются ролями и возвращаются обратно. Теперь уже тачкой становится водитель и наоборот. Когда же пара пересечет линию старта, выбегает вторая пара и передвигается таким же способом, как и первая, до финиша и обратно. И так игра продолжается до тех пор, пока не пробежит последняя пара.

Выигрывает команда, все пары которой быстрее закончат пробег с тачками.

Правила.

1. Во время бега нельзя менять установленный способ. В противном случае пара считается проигравшей.

2. Смена ролей в парах происходит только за финишной линией (за мячами, стойками и другими установленными предметами). Если пара повернется раньше, она считается проигравшей.

3. Начинать бег каждой паре можно только тогда, когда предыдущая пара пересечет линию старта.

Перетягивание каната

Педагогическая задача. Развитие силы, согласованности в действиях.

Подготовка. Канат длиной 6–10 м кладут посередине площадки вдоль нее. Середина каната отмечается цветной тряпочкой (ленточкой), а на земле (полу) под серединой каната проводят черту поперек зала (площадки). Параллельно ей с обеих сторон в 2–3 м проводят еще две черты.

Играющие делятся на две команды, равные по количеству и по силам. Каждая команда берет в руки половину каната так, чтобы игроки через одного держали его с одной и с другой стороны. Лучше всего рассчитать их для этого на «первый, второй».

Ход игры. Играющие берутся руками за канат и поднимают его с пола. По свистку руководителя команды начинают тянуть его в свою сторону. Когда канат будет перетянут за линию, параллельную средней, в ту или другую сторону, руководитель останавливает игру условным свистком. Играют несколько раз.

Побеждает команда, которая смогла большее количество раз перетянуть канат на свою сторону.

Если учащихся очень много и размеры площадки позволяют, то перетягивание можно проводить с двумя канатами, разделив играющих на 4 команды. Затем победившие играют между собой для окончательного определения команды-победительницы.

Правила.

1. Начинать тянуть можно только по сигналу (свистку), в противном случае подается новый сигнал. Если два раза подряд команда начала тянуть до сигнала, то она проигрывает.

2. Канат считается перетянутым, если его середина находится в трех метрах от средней линии на любой стороне его. Побеждает команда, перетянувшая канат на свою сторону.

Новое место

Две **команды** выстраиваются в колонны по одному. На расстоянии 15—20 м от них проводится черта. По сигналу руководителя первые и вторые номера каждой команды, взявшись за руки, бегут за черту. Первые номера остаются на новом месте, а вторые возвращаются, берутся за руки с третьими игроками и опять бегут до черты. Затем остаются вторые номера, а третьи возвращаются, чтобы объединиться с четвертыми, и т.д. Побеждает команда, все игроки которой первыми окажутся на другой стороне

Бег по кочкам

Перед каждой **командой** от линии старта до линии финиша на расстоянии 1—1,5 м друг от друга чертят кружки диаметром 30—40 см (по прямой или извилистой линии). По сигналу руководителя первые номера, перепрыгивая из кружка в кружок, добегают до конечной черты, после чего по кратчайшему пути возвращаются обратно и передают эстафетные палочки следующим игрокам. Вручив эстафетную палочку очередному номеру, каждый игрок становится в конец колонны. Выигрывает команда, раньше закончившая игру

Простые эстафеты с элементами гимнастики

- Бег по гимнастической скамейке.
- Прыжки ноги врозь, гимнастическая скамейка между ногами.
- Проползти по скамейке на четвереньках.
- Добежать до скамейки, лечь на живот, передвигаться при помощи рук.
- Прыжки по скамейке (на скамейку ноги вместе, со скамейки ноги врозь).
- Добежать до скамейки, сесть на неё верхом, передвигаться по скамейке при помощи ног.

Волна

Игра командная. Команды выстраиваются параллельно, игроки в команде стоят колонной в затылок друг другу на расстоянии одного шага от другого. Первые номера в командах кладут перед собой мяч так, чтобы до него можно было сделать один шаг. По сигналу ведущего первый номер, наклонившись вперед, берет руками мяч, поднимает его над головой, и, отклонившись назад как можно дальше, передает мяч стоящему за ним второму номеру команды. Второй номер, наклонившись вперед, принимает мяч и передает его назад через свои широко расставленные ноги. Третий номер передает мяч как первый, четвертый – как второй, мяч путешествует по шеренге игроков поочередно: над головой – под ногами, над головой – под ногами, совершая волнообразные движения. Побеждает та команда, которая, не сделав ни одной ошибки, не уронив мяч, быстрее сумеет передать мяч от первого номера до последнего.

Ныряй в обруч

Эстафета. Игроки команд по очереди гонят обруч от старта до финиша и при этом стараются как можно чаще проскальзывать в него то с одной стороны, то с другой. Каждый нырок приносит команде один балл, но если обруч упал, то этот балл вычитается, а гонка продолжается с места «аварии».

Простые эстафеты с элементами с элементами баскетбола, волейбола, футбола и других спортивных игр

Эстафеты с элементами баскетбола

1. Ведение мяча бегом. В одну сторону правой рукой, обратно левой.
2. «Передал, садись». Передача мяча от груди двумя руками. Капитан с мячом стоит напротив своей команды, передаёт мяч первому участнику, тот, выполнив передачу, приседает. Капитан поочередно выполняет передачи всем участникам.
3. Ведение мяча спиной вперёд удобной для участника рукой.
4. «Прокати мяч». Катить мяч по полу рядом с собой одной рукой до поворотной стойки, обратно бегом с мячом в руках.
5. Прыжки на двух ногах с ведением мяча. Ведение мяча удобной рукой.
6. Бег с двумя баскетбольными мячами.

Эстафета с элементами хоккея

Участники команд выстраиваются в колонны по одному. Перед каждой командой в 10—12 м ставят по флажку (или стулу). Первые номера в командах получают по клюшке и шайбе. По сигналу они должны, подбивая шайбу клюшкой, обвести ее вокруг флажка и вернуть обратно к линии старта. Затем клюшка передается второму игроку, который, в свою очередь, обводит шайбу вокруг флажка, и т. д. Побеждает команда, первая завершившая игру

Змейка

Играющие делятся на две команды по 8-10 человек. Каждая из них становится колонной по одному против ряда флажков, кеглей. Головные – с клюшками в руках. Перед собой они кладут на пол хоккейные шайбы. Участники игры поочередно должны провести шайбу зигзагообразно между кеглями, таким же образом возвратиться на старт.

Эстафета с элементами футбола

Педагогическая задача. Обучение технике ведения мяча и передачи. Развитие быстроты и ловкости.

Подготовка. Играющие делятся на две команды. Каждая команда выстраивается в колонну по одному, параллельно одна другой, на расстоянии не менее 3 м. Перед впереди стоящими игроками в колоннах проводят стартовую черту. На расстоянии 8–15 м от нее ставят в ряд по три булавы (кегли) с интервалом 2–3 м одна от другой. Перед впереди стоящими в колоннах игроками на стартовую черту кладут по футбольному мячу (за

неимением футбольных мячей их можно заменить баскетбольными или волейбольными).

Ход игры. По сигналу руководителя впередистоящие игроки ударяют ногой по мячу и ведут его по земле до первой булавы, огибают ее справа, подходят, ведя мяч по земле, ко второй булаве, огибают ее слева, далее ведут мяч к третьей булаве, огибают ее справа и таким же путем ведут мяч обратно. Возвращаются к своей команде и с установленного места ударом ноги по мячу передают его следующим участникам. Передав мяч, идут в конец своей колонны. Получившие мяч, ведут его ногой так же, как и первые игроки. Так игра идет до тех пор, пока все играющие не примут участия в ведении мяча ногой.

Победительницей считается команда, набравшая больше очков. Итоги подводятся по правилам игр-эстафет.

Правила.

1. Игру можно начинать лишь по сигналу руководителя.
2. Участник, принимающий мяч, не может выбегать за линию старта, пока не получит мяч от предыдущего игрока.
3. Во время ведения мяча по земле нельзя ронять булавы. Если игрок сбил булаву, он должен поставить ее на место и только тогда продолжать вести мяч.
4. Во время ведения мяча можно ударять его правой и левой ногой.
5. Игрок, упустивший мяч во время ведения, должен вернуть его на место потери и продолжать ведение.
6. За все ошибки команде начисляются штрафные очки.

Передача мяча в колоннах

Педагогическая задача. Развитие гибкости, координационных способностей, навыков владения мячом.

Подготовка. Играющие разделяются на 2–4 равные команды. Каждая команда выстраивается в колонну по одному, одна параллельно другой. У впередистоящих в колоннах – по мячу.

Ход игры. По сигналу руководителя впередистоящие игроки передают мяч над головой стоящим сзади них. Те таким же образом передают мяч стоящим сзади и так до конца колонны. Каждый раз последний игрок в колонне, получив мяч, бежит справа от своей колонны, становится первым в колонне и передает мяч назад над головой. Так продолжается до тех пор, пока игрок, начавший игру, не возвратится на свое прежнее место в колонне. Вернувшись на свое прежнее место, он поднимает мяч вверх и дает команду своей колонне: «Смирно!» Вся группа принимает положение «смирно».

Побеждает команда, закончившая игру первой с меньшим числом штрафных очков.

Правила.

1. Передавать мяч можно только своему соседу. Не разрешается перебрасывать мяч через несколько игроков. За нарушение этого правила команде записываются штрафные очки по количеству пропущенных игроков.

2. Игрок, уронивший мяч, должен сам поднять его, встать на место и передавать мяч сзади стоящему.

3. Каждый раз, как только последний игрок перебежит на первое место, вся колонна передвигается на полшага назад.

Передача мяча под ногами

Построение то же, что и в предыдущей игре, но расстояние между игроками – полтора шага. Мяч передают или перекатывают под широко расставленными ногами. Мяч можно прокатить сразу от начала до конца колонны. Если мяч выкатится, то игрок, перед которым это произошло, должен взять мяч, возвратиться на свое место и покатить его дальше.

Комбинированная передача мяча. Построение то же, что и в предыдущих играх – передача мяча. Начинают игру, передавая мяч соседу над головой. Передавший мяч сразу поворачивается кругом и широко расставляет ноги. Последний игрок в колонне, получив мяч, поворачивается кругом и прокатывает или передает мяч под ногами всех игроков своей колонны. На протяжении игры все остаются на своих местах. Передача производится 3–4 раза подряд (по договоренности), после этого выявляется победитель.

Правила. Все виды передач остаются те же, что и в передаче «мяча над головой».

Эстафета с ведением и броском мяча в корзину

Педагогическая задача. Обучение ведению мяча и технике броска в корзину. Развитие быстроты и ловкости.

Подготовка. Игра проводится на баскетбольной площадке. Играющие делятся на две равные команды и выстраиваются одна напротив другой у боковых линий в правом углу. Стартовой чертой служит лицевая линия. Впередистоящие игроки встают у стартовой черты и получают по мячу. Остальные стоят сбоку от них за боковой линией.

Ход игры. По команде руководителя: «Внимание, марш!» первые игроки бегут вперед, ударяя мяч об пол, добегают до щитов, стоящих на противоположной стороне, ударяют мячом о щит или забрасывают мяч в корзину (по договоренности), возвращаются обратно, также ведя мяч ударами о пол (землю) до середины баскетбольной площадки, откуда передают мяч очередному игроку. Следующие игроки в командах переходят на стартовую черту (у лицевой линии), и, поймав мяч, выполняют то же задание.

Игра продолжается до тех пор, пока все игроки не выполнят установленного задания.

Выигрывает команда, быстрее закончившая игру, допустившая меньше ошибок или не имевшая их совсем. Если команда закончила игру позже, но допустила значительно меньше ошибок, то она считается победительницей, то есть подводятся итоги по правилам игр-эстафет.

Правила.

1. Первым игрокам не разрешается выбегать до сигнала, а последующим – до ловли мяча от предыдущего.

2. С мячом бежать нельзя, его следует вести ударами о пол.
 3. Если по договоренности надо попасть мячом в корзину, то игрок не имеет права бежать до тех пор, пока не выполнит это задание.
 4. Возвращаясь обратно, он может передать мяч игроку своей команды только с установленного места.
 5. Штрафные очки за ошибки подсчитываются в конце игры.
- Задания в такой эстафете могут быть разные: по пути бегущего ставят булавы (кегли), и игрок должен ударами мячом об пол обвести мяч вокруг них, а затем бросить мяч в корзину или щит; игрок, добежавший до щита, может попытаться бросить мяч один раз в корзину (попадание засчитывается как очко). В этом случае выигрывает команда, заработавшая больше очков. Выполняют задание парами: пары из каждой команды, передавая мяч на бегу друг другу, добегают до щита, бросают мяч в корзину до попадания и только после этого возвращаются обратно, также передавая мяч друг другу. В данном задании засчитывается и попадание, и правильность передач без пробежек. Возможны и другие задания.

Комбинированные эстафеты

Эстафета с мячом и скакалкой

Команда стоит в колонну по одному. У первого участника в руках мяч, у второго – скакалка. Первый ведет мяч до фишки и возвращается в команду, затем отдает мяч третьему игроку. Второй бежит до фишки на скакалке и возвращается в команду. Затем отдает скакалку четвертому игроку и т.д. как только все участники команды примут участие в эстафете игру можно считать оконченной.

Мяч на ракетке

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого игрока мяч и теннисная ракетка. Его задача пронести мяч на ракетке до фишки и обратно, а затем передать мяч с ракеткой следующему участнику. Как только все участники команды выполнили это задание эстафету можно считать оконченной.

Эстафета с обручами

Команда стоит в колонну по одному. Задача каждого игрока пролезть через два обруча, обогнуть фишку и вернуться в команду. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Переправа

По сигналу судьи игроки начинают переправляться до другого берега при помощи двух обручей (перекладывая их вперёд и используя их как кочки, до поворотной стойки), оббегают стойку и отдают два обруча следующему участнику. Выигрывает команда, которая быстрее закончит эстафету.

Веселые эстафеты

Бег раков

Эстафета проводится в колоннах. Первые участники садятся на пол, опираясь руками сзади, спиной вперёд. По сигналу они устремляются вперёд, оторвав от пола таз и перебирая руками и ногами, до стойки, обратно без задания. Следующий участник вступает в борьбу тогда, когда финиширует его предшественник).

Паучок и другие

Команда стоит в колонну по одному. Каждый из участников должен принять исходное положение (согласно названному животному) и в таком положении дойти до фишки. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Собачка - бег на коленях с опорой руками впереди.

Краб - передвижение в седе боком на руках и ногах.

Воробей - прыжки на двух, ноги вместе.

Лягушка - прыжки в приседе.

Ящерица - ползание по пластунски.

Рак - передвижение в седе вперед на руках и ногах.

Цапля - прыжки на одной, другая придерживается сзади.

Гусь - бег в глубоком приседе.

Зайчик - прыжки на двух с опорой на руки.

Страус - бег на прямых ногах, руками обхватить голень.

Каракатица - передвижение в седе спиной вперед с опорой руками.

Кенгуру

Команда стоит в колонну по одному. Мяч находится у первого участника между коленками. Задача каждого игрока допрыгать до фишки и вернуться в команду. При этом мяч терять нельзя. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной

Китайские палочки

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого участника две палочки и воздушный шарик. Его задача пронести шарик до фишки, вернуться в команду и передать реквизит следующему игроку. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Сиамские близнецы

Команда стоит парами. Левая и правая ноги участников связаны веревкой. Их задача добежать до фишки и обратно. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

Скорый поезд

В 6—7 м от каждой команды ставят флажки. По команде «Марш!» первые игроки быстрым шагом (бежать запрещается) направляются к своим флажкам, огибаяют их и возвращаются в колонны, где к ним присоединяются вторые по счету игроки, и вместе они снова проделывают тот же путь и т.д. Играющие держат друг друга за локти и во время ходьбы двигают руками наподобие паровозного шатуна. Когда передний игрок — паровоз — возвратится на место с полным составом, он должен подать протяжный гудок. Выигрывает команда, первой прибывшая на станцию

Крокодилчик

Пять - шесть участников каждой команды выстраиваются друг за другом в ряд. Между каждым участником зажимается мяч, который можно держать только спиной и грудью, но не руками. И в этом случае нужно опять-таки как можно быстрее добежать до цели. Точнее доползти, как крокодилчик.

Ночное ориентирование

На расстоянии 10 метров от старта устанавливается табуретка и первым участникам закрываются глаза. По сигналу они должны дойти или добежать до табурета, обойти его и, вернувшись по команде, передать эстафету следующим участникам, которые уже стоят с завязанными глазами. И так вся команда. Во время движения команда может помогать своим участникам возгласами: «правее», «левее», «вперед», «назад». А поскольку кричат одновременно все команды, игрок должен разобрать, какие призывы относятся именно к нему. Когда на линию старта возвращается последний игрок, для всей команды наступает «день». Для кого «день» наступит раньше, те и победили.

Не хуже кенгуру

Нужно пробежать, а вернее - пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями теннисный мяч или спичечный коробок. Время засекают по часам. Если мяч или коробок падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает бег. Побеждает показавший лучшее время

Стрельба из лука

Мишенью будет обыкновенное ведро, а луком - обычный репчатый лук. Ведро-мишень нужно установить на 5 метров дальше финиша. Луковицы уложите на финишной черте, их число должно соответствовать количеству участников. Участник N 1 по сигналу начинает движение от старта к финишу. Прибежав к финишной черте, он берет луковицу и бросает ее, стараясь попасть в ведро. После броска он бежит к своей команде, чтобы передать эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее и точнее забросит луковицы в ведро (для удобства определения результата за каждое точное попадание можно давать команде дополнительное очко).

Перепись населения

Соревнуются команды по принципу эстафеты. Участники бегут туда, где лежит лист бумаги и толстый маркер. Добежавший записывает имя любого участника своей команды (кроме себя и уже записанных) и, взяв маркер,

бежит обратно, передает его другому участнику. Очень забавно, как последние игроки усиленно вспоминают, чье имя еще не записано. Игра позволяет лучше запомнить имена в новой компании.

Официанты

Двум командам выдается по круглому подносу и 15-20 пустых пластиковых бутылок разного объема. Первый игрок берет поднос одной рукой, ставит на него одну бутылку, вторую руку убирает за спину и начинает движение к столу, находящемуся в противоположном конце помещения. Дойдя до стола, «официант» ставит бутылку и с подносом бегом возвращается к команде. Второй игрок повторяет эти действия. Рукой придерживать бутылку запрещается. При падении бутылки игрок возвращается к команде и берет другую. Побеждает команда, быстрее «обслужившая свой столик».

Книжные гонки

Для проведения эстафеты требуются два небольших мяча и две книги. Формируются две команды и выстраиваются на стартовой линии. Каждый игрок команды участвует в гонках, зажав мяч между коленями и положив книгу на голову. Если книга падает, участник гонок останавливается, кладет книгу на голову и продолжает движение. Побеждает быстрее команда.

Картошка в ложке

Надо пробежать определенное расстояние, держа в вытянутой руке ложку с большой картофелиной. Бегут по очереди. Время бега засекают по часам. Если картофелина упала, ее кладут обратно и продолжают бег. Бежать без картофелины нельзя! Побеждает показавший лучшее время. Еще увлекательнее состязание команд.

Гонг, гонг...

Половина участников команды выстраиваются в колонну у линии старта, вторая половина — у финиша. Первые игроки в каждой группе держат по крышке от кастрюли. По сигналу они бегут навстречу друг другу, ударяют крышкой о крышку и возвращаются назад, передавая крышку следующему игроку. Побеждает команда, оказавшаяся быстрее.

Туристические забеги

Оборудование: два рюкзака, две мягких игрушки средних размеров, две карты и мелкие предметы (по 2 шт.), которые можно положить в рюкзак — ручки, компасы, мыло, фонарики и т.д. Формируются две команды, которые получают по собранному рюкзаку. Команды выстраиваются на старте, первый игрок бежит до финишной отметки, где снимает рюкзак, вынимает из него все содержимое, разворачивает карту, отмечает на ней заранее определенный населенный пункт, сворачивает карту, загружает все в рюкзак и отправляется назад. Все участники команды должны искать на карте различные географические объекты. Побеждает команда, которая быстрее закончила эстафету.

Почтальон на коне

Две команды почтальонов выстраиваются на старте, и по команде садятся на палку и зажимают воздушный шар между коленями (получается «конь»),

надевают шляпу и берут в руку мешок «почты». Стараясь ничего не уронить, игроки движутся до поворотной фишки и возвращаются обратно, чтобы передать почту следующему почтальону. Если игрок теряет хоть один атрибут, он останавливается, экипируется и только потом продолжает движение. Побеждает команда, которая быстрее доставит почту.

Подводное плавание

Для каждой команды - пара ласт и стакан воды. Первый участник встает на линию старта, надевает на ноги ласты, берет в руку стакан с водой и поднимает его над головой, оказываясь таким образом «под водой». По сигналу начинается движение вперед. Совершив положенный путь, первый «подводник» передает ласты и стакан следующему. Если по ходу движения вода из стакана расплескалась, ее нужно добавить.

Метр за метром

Для эстафеты понадобятся две метровые палки. Команды получают по палке, «измерительному инструменту», и первый игрок начинает движение, перекладывая палку по земле — «измеряя» дистанцию. Поскольку длина дистанции известна, то палка должна быть переложена определенное количество раз. Обратно игрок возвращается бегом. Побеждает команда, чьи участники быстрее «измерили» дистанцию.

Кошкин дом

Для игры необходимы две команды по 6 человек, 12 ведер, 2 калоши. Помогая кошке «тушить пожар», первый игрок в команде берет ведро, надевает калошу, добегают до «пожара» (фишки), выливает воду (переворачивает ведро и ставит вверх дном), возвращается назад, передает калошу следующему игроку. Из ведер должна получиться пирамида. Пока команды «тушат пожар», ведущий читает отрывок из книги С. Маршака: «Тили-бом, тили-бом! Загорелся кошкин дом!..» После окончания эстафеты командам можно задать вопрос: какие животные тушили пожар?

Времена года

Две команды: "Подснежник" и "Ручеек". Первый этап: наступила весна, бегут ручьи, нужно срочно убрать снег. Игрокам необходимо сбросить снежки (из ваты или обыкновенные маленькие мячики) в ведра, стоящие на расстоянии трех метров. Чья команда быстрее? Второй этап: снег убран, появились первые подснежники (бумажные цветы на проволочках втыкаются в пластилиновые шарики и приклеиваются к полу). Игрок бежит, срывает один подснежник, возвращается к своей команде и т.д. Чья команда вперед соберет букет - та и выиграла. Если получится ничья, то проводится третий этап. Наступило лето, ярко светит солнце, все ходят на пляж загорать. Первым игрокам выдается по листу с нарисованным на нем солнышком. Участник с солнышком в руке добегают до финиша, садятся на стул, говорят, глядя на рисунок: "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья". Возвращается, передает солнце следующему игроку; выигрывает команда, первая поднявшая высоко солнце по завершению эстафеты.

Бобовая эстафета

Для проведения эстафеты понадобятся два небольших мешочка с бобами. Две команды выстраиваются на линии старта, справа от первого игрока каждой команды лежит на стуле подготовленный мешочек. Первые игроки захватывают мешочек с бобами подбородком без помощи рук, пробегают дистанцию и возвращаются обратно, мешочек опускают на стул. Затем следующий игрок берет мешочек подбородком и бежит в свою очередь. Побеждает наиболее ловкая и быстрая команда.

Змей Горыныч

Предложите участникам конкурс на самого быстрого Змея Горыныча. Сделать Змея Горыныча несложно. Трое участников встают рядом, кладут руки на пояс или на плечи друг другу. Ноги участника, стоящего в середине, связываются с ногами партнеров, стоящих по бокам. Получается в общей сложности четыре ноги. По сигналу Змей Горыныч начинает движение, причем крайние участники машут руками, как крыльями. Добежав, доскакав, долетев до финиша, тройка разворачивается, возвращается и передает эстафету следующим участникам. Ноги всем тройкам лучше связать до начала эстафеты.

Викторины

1. Какие физические упражнения выполняли первобытные люди? (прыгали, бегали, бросали)
2. В каком городе устраивались Олимпийские игры: Афины, Олимпия? (Олимпия)
3. Что в себя включает спорт? (тренировки, соревнования)
4. Как звучит девиз Олимпийских игр:
 - a. «быстрее, выше, сильнее»
 - b. «быстрее, дальше, выше»
 - c. «спорт, здоровье, радость»
5. Что является Олимпийским символом:
 - a. медали
 - b. пять переплетенных колец
6. Что представляет из себя:
 - a. олимпийская эмблема (пять колец)
 - b. олимпийский флаг (белое полотнище с кольцами)
 - c. талисман олимпийских игр (изображение любого животного и т.д.).
7. Начало пути к финишу? (старт)
8. Инструмент спортивного судьи? (свисток)
9. Ее просят лыжники? (лыжню)
10. «Бородатый» спортивный снаряд? (козел)
11. Предки кроссовок? (кеды)
12. Родина олимпийских игр. Ответ: Древняя Греция.
13. Площадка для бокса. Ответ: Ринг.

14. Бечевка на луке для стрельбы. Ответ: Тетива.
15. Клетчатая прозрачная стенка на корте. Ответ: Сетка.
16. Часть игры в футбол. Ответ: Тайм.
17. Начало бега. Ответ: Старт.
18. Спортивное колющее оружие с клинком прямоугольного сечения. Ответ: Рапира.
19. Сигнал к началу боксерского поединка. Ответ: Гонг.
20. Чистая победа в боксе. Ответ: Нокаут.
21. Шахматная королева. Ответ: Ферзь.
22. Имеет два конца и ни одного начала. Ответ: Палка.
23. Гимнасты в цирке. Ответ: Акробаты.
24. Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета. Ответ: Австралия.
25. Спортивное соревнование, состоящее из двух видов упражнений. Ответ: Двоеборье.
26. Бой один на один. Ответ: Единоборство.
27. Танцор на льду. (Фигурист)
28. Спортсмен, который ходит сидя. (Шахматист)
29. Летающий участник бадминтона. (Воланчик)
30. Ее должен взять прыгун. (Высоту)

Вопросы:

1. Сколько лет должно пройти от одной зимней олимпиады до другой?
2. При какой температуре воздуха можно заливать каток?
3. Из чего были сделаны самые первые коньки?
4. Какой массы женское ядро?
5. Молот метают на дальность или на высоту?
6. Сколько попыток дается спортсмену для прыжка в высоту с разбега на каждом новом уровне планки?
7. На соревнованиях по прыжкам в воду спортсмены прыгают с трамплинов и вышек. Какой из этих снарядов имеет высоту 1 м?
8. Спортивные соревнования по фехтованию проходят на шпагах, саблях иКакого оружия не хватает?
9. Что крепится на оба конца грифа штанги для увеличения ее тяжести?
10. В какой спортивной дисциплине используется предмет, состоящий из: рукояти, плеч и тетивы?
11. Включены ли соревнования по шахматам в Олимпийские игры?
12. Что такое «буллит»?
13. В каком месте футбольного поля стоит голкипер?
14. Возможен ли в баскетболе исход игры «ничья»?
15. Какой вид спорта совместил в себе лыжную гонку и стрельбу из винтовки?
16. Для чего в боксе нужны перчатки?
17. Конкур – это преодоление препятствий на лошади или конные пробеги на

определенную дистанцию?

18. Участвуют ли женщины в соревнованиях по прыжкам с трамплина?

19. В каком виде спорта спортсмены спускаются по ледяному желобу на санях?

20. Сколько игроков входит в волейбольную команду?

Ответы:

1. Четыре года. 2. Не выше нуля. 3. Из костей. 4. Четыре кг. 5. На дальность. 6. Три. 7. Трамплин. 8. Рапиры. 9. Диски. 10. А стрельбе из лука. 11. Нет. 12. В хоккее с шайбой штрафной бросок. 13. На воротах. 14. Нет. 15. Биатлон. 16. Чтобы руки не травмировать. 17. Преодоление препятствий. 18. Да, с 2010 года. 19. Бобслей. 20. Шесть.

Вопросы:

1. Что за спортивная игра, у которой мяч, сетка и две команды?

2. При игре в теннис в нее нельзя попадать мячом.

3. Футбольная команда состоит, из какого количества игроков?

4. Играют ли в хоккей на роликах?

5. В старину, надевая на ноги, их называли «скороходами». А как называют их сейчас?

6. Ручные ускорители байдарок, каноэ и других безмоторных лодок.

7. Начало дистанции – это «старт», а конец ее?

8. Для этой спортивной игры обязательно нужна корзина.

9. Есть ли на эмблеме Олимпийских игр кольцо коричневого цвета?

10. Каким видам спорта запрещено участвовать в Олимпийских играх?

11. Как называют молодых спортсменов?

12. Выступают ли мужчины в синхронном плавании?

13. Как называется площадка для бокса?

14. Партия в теннисе.

15. Что стремятся установить спортсмены на соревнованиях?

16. Проходят ли соревнования по прыжкам с трамплина на лыжах летом, когда нет снега?

17. Какие три слова составляют девиз Олимпиады?

18. Страна, подарившая миру дзюдо.

19. Передача мяча в спортивных играх.

20. Сколько дней длятся зимние Олимпийские игры?

Ответы:

1. Волейбол. 2. Сетка. 3. Из 11 игроков. 4. Да. 5. Коньки. 6. Весла. 7. Финиш.

8. Для баскетбола. 9. Нет. 10. Техническим, например, автогонкам и мотогонкам.

11. Юниоры. 12. Нет. 13. Ринг. 14. Сет. 15. Рекорды. 16. Да.

Вместо снега специальное покрытие. 17. Быстрее, выше, сильнее. 18. Япония.

19. Пас. 20. Десять дней.

Приёмы и методы

При подборе игр-эстафет необходимо учитывать:

- Педагогические задачи, которые будут решаться в играх-эстафетах.
- Состав команд по количеству участников, по двигательным способностям, по возрасту и полу.
- Уровень физической подготовленности детей.
- Условия и место проведения игры-эстафеты: размеры зала или площадки, наличие инвентаря.
- Состояние участников: характер их деятельности перед игрой-эстафетой и непосредственно после эстафеты.

Обязательные условия проведения эстафет:

1. Комплектование команд: количество участников в командах должно быть одинаковым. Оптимальное количество игроков в командах – 6-8 человек. Желательно, чтобы число мальчиков и девочек в командах было одинаковым.
2. Выбор (назначение) капитанов команд, которые отвечают за поведение всей команды в целом и отдельно играющих.
3. Выбор (назначение) помощников руководителя эстафеты – ученики, выбранные руководителем для наблюдения за соблюдением правил, учета результатов игры. Помощники имеют право вернуть игрока на линию старта, чтобы повторить действие, если он нарушил установленные правила.
4. Объяснение правил соревнований должны быть четкими, краткими и понятными для детей. Перед началом соревнований (особенно с младшими школьниками), необходимо провести репетицию без зачета результатов, для того чтобы каждый хорошо усвоил то, что от него требуется, и приспособился к игре.
5. Одна игра-эстафета может быть использована на 2-3-х занятиях подряд, затем на последующих занятиях используются более сложные ее варианты со сменой способа передвижения или с использованием другого оборудования, или при другом варианте построения команд, или при нетрадиционном делении зала.
6. В зависимости от возрастной группы участников в эстафетах можно варьировать длиной этапа и сложностью упражнений (сокращать дистанции для перебежек, уменьшать число повторений в игре и т.п.). В процессе игры - эстафеты нагрузка дозируется уменьшением или увеличением моторной плотности. Изменять нагрузку можно устраивая кратковременные перерывы, используя их для разбора ошибок, подсчета очков, уточнения правил, назначения помощников.
7. По окончании эстафеты подводятся итоги и оценка игры-эстафеты: места в каждой эстафете распределяются по наименьшему времени, показанному командами. Победитель в соревнованиях «Веселые старты» определяется по наименьшей сумме мест, занятых командами в эстафетах.

1.5. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты.

- Укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию.
- Содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениям и совершенствованием их.
- Воспитывать у детей необходимые морально-волевые (настойчивость, выдержка, взаимопомощь) и физические качества (сила, ловкость, быстрота, выносливость).
- Прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми
- Способствовать воспитанию дружбы, честности, коллективизма, сознательной дисциплины.

Личностные результаты

- оценивать свои действия и согласовывать их с действиями своих одноклассников;
- умение выражать свои эмоции;
- сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы в команде;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками, учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя).

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график - это составная часть образовательной программы, определяет количество учебных недель и количество учебных дней, даты начала и окончания учебных периодов/этапов; является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной

программе и составляется для каждой группы. Начало учебного года – 1 сентября. Конец учебного года – 26 мая. Начало учебных занятий не ранее 9.00, окончание – не позднее 20.00. Продолжительность учебного года 36 недель. Учебные занятия проводятся с понедельника по субботу согласно расписанию, утвержденному директором школы, включая каникулы. Занятия проводятся по утвержденному расписанию в форме учебных занятий, экскурсий, тематических мероприятий, соревнований, работы творческих групп и т.д. Допускается работы с группами переменного состава, уменьшение численного состава. Календарный учебный график представлен в *Приложении 1*.

2.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительной общеобразовательной программы осуществляется педагогом дополнительного образования.

Реализация Программы осуществляется педагогическим работником, имеющим высшее педагогическое образование, высшую квалификационную категорию, владеющим основами образовательной деятельности по представленной программе в соответствии с указанным направлением, умеющим видеть индивидуальные возможности и способности воспитанников, направляя их к реализации этих возможностей.

Материально-техническое обеспечение программы.

Для реализации программы используются: спортзал и стадион школы, мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, гимнастические скамейки, стенки, маты, воздушные шары, корзины, ведра.

Методическое обеспечение образовательной программы.

Особенности организации образовательного процесса

Обучение организовано в очной форме. Возможна реализация образовательных программ с использованием электронного обучения (ЭО) и дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Методы обучения.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные

педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая, групповая.

Возможные формы организации учебного занятия: беседа, встреча с интересными людьми,

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, др.

Алгоритм учебного занятия.

- подготовка кабинета к проведению занятия - проветривание кабинета, подготовка необходимого инвентаря;
- организационный момент - приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний;
- теоретическая часть - объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала;
- практическая часть - закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме, игры);
- окончание занятий - рефлексия, подведение итогов занятия.

Методические и дидактические материалы: раздаточные материалы (схемы, таблицы), тематические подборки материалов, фотографии и т.п. Методические рекомендации: инструкции по охране труда.

Учебно-методическое и информационное обеспечение включает в себя перечень используемого дидактического материала, современных источников отражены в разделе «Литература для педагога», нормативно-правовые акты и документы, отражены в Пояснительной записке; основная и дополнительная литература (учебные пособия, сборники задач, таблицы), интернет-ресурсы:

Сайт электронно-библиотечной системы iprbook

Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>

2.3. Формы аттестации

Формами контроля реализации программы могут быть: беседа, викторина, кроссворд, соревнование, тестирование. Результаты контроля заносятся в ведомость и отражают уровень планируемых результатов освоения программы.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, портфолио, протокол соревнований, отзыв детей и родителей, и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: соревнование.

Формы контроля. *Входной контроль* - проводится при наборе или на начальном этапе формирования коллектива, изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка. *Текущий контроль* - проводится в течение года, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения учебного материала, готовность к восприятию нового материала; позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения. *Промежуточный контроль* - проводится в конце года, при переходе на следующий год обучения, изучается динамика освоения предметного содержания ребенком, личностного развития, взаимоотношений в коллективе. *Итоговый контроль* - проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, результатов обучения, ориентирования на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение

Формы проведения контроля учащихся определяются педагогом в соответствии с программой: кроссворд, викторина, тесты, товарищеская встреча.

Методика выявления, диагностики и оценки получаемых результатов разрабатываются педагогом в соответствии с требованиями, локальными актами, принятыми в образовательной организации.

Результатом обучения считается умение сыграть по правилам партию от начала до конца. Это предполагает определенную прочность знаний и умение применять их на практике. По итогам года педагогом проводится товарищеская встреча.

Оценочные материалы прилагаются (*Приложение 2*).

2.4. Список литературы

Для педагога:

2.4. Список литературы

1. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
2. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
3. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЫАКО, 2005 г
4. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
5. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
6. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г

Для обучающихся:

1. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! - М.: Просвещение, 2004;
2. Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов. М.: Просвещение, 2011;
3. Виленский М.Я.; Туревский И.М.; Матвеев А.П. Физическая культура: 8-9 кл. – М.: Просвещение, 2011;
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2011.

Раздел 3. Приложения

Приложение 1

Календарный учебный график

Начало учебного года – 1 сентября. Конец учебного года – 31 мая. Начало учебных занятий не ранее 9.00, окончание–не позднее 20.00. Продолжительность учебного года 36 недель. Учебные занятия проводятся с понедельника по субботу согласно расписанию, утвержденному директором школы, включая каникулы. Календарный учебный график единый для всех групп.

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь			
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Кол-во часов	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Форма контроля	<i>В течение учебного года текущий контроль. Освоение обучающимися учебного материала по разделам и темам программы</i>															
Всего часов	12				12				12				12			

Месяц	Январь			Февраль				Мар т				Апрель				Май				
Недели обучени я	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Форма контроля	<i>В течение учебного года текущий контроль. Освоение обучающимися учебного материала по разделам и темам программы</i>																		<i>промежу точный контроль освоения программ ы</i>	
Всего часов	9			12				12				12				15				

3.2. Методические материалы.

Приложение 1

Примерная структура проведения практических занятий по «весёлым стартам»

ВИДЫ ЭСТАФЕТ

Особенностью эстафет является наличие соревнования, борьбы между двумя или более командами. Победители и призеры могут определяться следующим образом:

- по скорости выполнения задания;
- по точности и качеству их выполнения;
- по комплексной оценке скорости и качества выполнения.

Результаты могут фиксироваться по всей команде в целом или по каждому участнику отдельно, суммируя полученное ими количество очков за занятое место. Исходя из способа действий участников эстафеты делятся на поочередные и совместные. В первом виде эстафет участники один за другим выполняют обусловленные действия. Поочередные эстафеты могут быть: на месте, без перемещения участников («игровые гонки»), с передвижениями различными способами. Есть также эстафеты с небольшими группами.

Эстафеты классифицируются и по количеству заданий. Эстафеты, в которых выполняется одно задание, принято называть простыми, а при наличии двух и более заданий – комбинированными. Задания, включенные в эстафету, выполняются двояко: заранее обусловленным способом, что применяется при повторении и закреплении пройденного материала и произвольным способом, когда участникам дается право выбора наиболее рационального или удобного для них варианта. По способу организации, путиперемещения участников эстафеты подразделяются на:

- линейные, в которых команды строятся в колонну или шеренгу и движутся до противоположного пункта и обратно или выполняют задание по цепочке;
- круговые эстафеты, в которых сами игроки перемещаются по кругу, или команды строятся в круг и, стоя на месте, передают эстафету по цепочке (движение идет в одну сторону)
- встречные эстафеты, в которых половина участников каждой команды располагаются на противоположной стороне площадки и перемещение игроков или передача эстафеты идет навстречу друг другу .

ПОДБОР ЭСТАФЕТ

Организатор игры должен четко знать, с какой целью он выбирает то или иное игровое задание, какие педагогические задачи собирается решать. Это могут быть задачи образовательные – закрепление, совершенствование изучаемых двигательных действий в новых непривычных условиях, например, на фоне эмоционального возбуждения, при сочетании конкретного упражнения с другими двигательными действиями и т.д. При подборе эстафет акцент можно сделать на развитии определенных двигательных качеств: скорости, прыгучести, точности и б координации движений, а также умения согласовывать свои действия с действиями партнеров, быстро переключаться от одних действий к другим и т.д. Можно поставить на первый план и воспитательные задачи. Например, с целью воспитания чувства коллективизма, товарищества в эстафету включаются задания, успех которых зависит от согласованности действий участников, их взаимопомощи и взаимостраховки. Для воспитания смелости и решительности

целесообразно включать упражнения, связанные с определенным риском, требующие проявления волевых усилий. Для воспитания сообразительности и творческого мышления могут даваться усложненные задания, в которых успех решает тактика преодоления препятствий, выбор наиболее рациональных способов выполнения двигательных действий.

Таким образом, при подборе эстафет необходимо учитывать: • форму занятий; • целевую установку; • состав группы (возраст, пол, количество занимающихся); • уровень физической и технической подготовленности участников; • характер деятельности участников перед уроком и после него; • условия проведения (размеры зала, наличие инвентаря).

ОРГАНИЗАЦИЯ ЭСТАФЕТ

Нередко эстафеты утрачивают свою педагогическую ценность из-за плохой организации. Поэтому при их проведении необходимо соблюдать ряд правил. В частности, эстафету нужно считать законченной лишь тогда, когда все члены команды заняли свои места и выровнялись. Для повышения организованности и дисциплины можно вводить и такие правила: не выбегать из строя, не кричать и пр., за нарушение которых команда может быть наказана штрафными очками или даже проигрышем. В эстафете очень важно объективно определить команду победителя. Следовательно, надо вовремя фиксировать все нарушения правил и соответствующим образом учитывать их подведение итогов, по возможности предупреждать эти нарушения.

КОМПЛЕКТОВАНИЕ КОМАНД

В большинстве эстафет число игроков в каждой команде 8-10 человек. В отдельных эстафетах типа «Паровоз» их число меньше – 5-6 человек. При большом количестве участников целесообразнее комплектовать 3-4 команды и провести между ними соревнование по круговой или олимпийской системам. Большое количество игроков в команде допустимо лишь в комбинированных эстафетах, где участники соревнований выполняют задания группами, или же в тех случаях, когда в выполнении заданий участвуют сразу все игроки или определенная их часть (например, передвижение всей командой со взаимосцеплением, передача по цепочке сразу нескольких мячей и т.п.). Надо учесть, что ценность эстафет – в активной деятельности участников. Длительное же ожидание игроками своей очереди снижает эффективность игры.

ПОДГОТОВКА МЕСТ ДЛЯ ИГРЫ И ПОСТРОЕНИЕ КОМАНД

Своевременная и хорошо продуманная подготовка мест соревнований и необходимого инвентаря – непереносимое условие четкой их организации. С учетом поставленных задач, вида и содержания эстафеты делается разметка на полу (площадке), устанавливаются различные ориентиры и ограничители, заранее готовится необходимый спортивный и игровой инвентарь, который непосредственно перед игрой устанавливается и раскладывается в определенных местах. Опыт показал, что в школах целесообразно, кроме обычного спортивного инвентаря, иметь специально изготовленное

оборудование и инвентарь целевого назначения для эстафет и полос препятствий: ходули, мешки, наборы досок, фанерных планшетов, колец, флажков разного цвета и т.д. При разметке и расстановке инвентаря нужно соблюдать ряд правил с целью профилактики травматизма и для удобства участников: • Если препятствие преодолевается прыжком в длину с разбега, то за ним следует оставлять свободное пространство до 4-5 метров. • В местах соскоков с высоких препятствий укладывать маты (в залах) или предусмотреть ямы с песком или опилками (на площадках). • Высоту препятствий для перелазания, прыжков, соскоков в глубину, бега по узкой опоре и прочего регулировать с учетом возраста и подготовленности занимающихся. • Маты для акробатических кувырков расположить так, чтобы игроки вынуждены были выполнять их не более с 2-3 шагов. Исключение может быть сделано для юношей и взрослых, выполняющих кувырки или полет-кувырок на поролоновые маты. • Путь движения участников должен быть свободным от посторонних предметов, о которые участник может споткнуться. • Планировать расстановку, интервал между участниками и пути передвижения так, чтобы полностью исключить возможность столкновений. 10 • У сложного препятствия в ряде случаев целесообразно обеспечить страховку. При занятиях с детьми младшего школьного возраста в эстафеты не рекомендуется включать: • акробатические кувырки вперед (можно боком и назад); • бег по узкому буму или перевернутой гимнастической скамейке (возможна быстрая ходьба с подстраховкой); • лазание по канату (чаще соскальзывают и обжигают ладони и бедра); • бег до стены и ее касание (при неумении затормозить движение, особенно в азарте соревнования, могут быть удары о стену).

ОБЪЯСНЕНИЕ ПРАВИЛ ИГРЫ И КОНТРОЛЬ ЗА ИХ ВЫПОЛНЕНИЕМ

Прежде чем приступить к объяснению эстафеты, необходимо построить команды в исходное положение, из которого она начинается, подготовив заранее разметку и необходимый инвентарь. Объяснение эстафеты должно быть очень кратким, четким и ясным. Прежде всего, надо сообщить участникам ее название и цель, затем содержание (перечень заданий в запланированной последовательности их выполнения), перечислить основные правила. Второстепенные замечания, детали и уточнения можно давать по ходу ее проведения. Далее необходимо подчеркнуть конечное целевое назначение действий участников, рассказать, к чему надо стремиться каждому игроку или команде, указать, кто будет считаться выигравшим, а кто проигравшим. Затем сообщить условные сигналы-команды начала и окончания эстафеты, а также для временных перерывов или остановки игры. После всех указаний следует ответить на вопросы играющих, если они возникли. В случаях, когда содержанием эстафеты предусмотрено точное соблюдение техники выполнения какого-либо задания или возникают вопросы, желательно всю эстафету или часть задания показать или самому руководителю, или одному из играющих. В эстафетах, где решающую роль

для победы играют коллективные действия участников, тактика взаимодействия игроков или произвольно 11 выбираемые способы преодоления препятствий, следует дать 1-2 минуты на обдумывание. Это воспитывает разумное, сознательное отношение к занятиям, позволяет проявить участникам сообразительность и находчивость. В командных играх-соревнованиях особенно большое значение приобретает объективная и точная оценка итогов игры, так как неточное или пристрастное определение результатов может вызвать у участников чувство досады, неудовлетворительности, раздражения и даже обиды. В первую очередь должны быть продуманы моменты организации эстафеты, которые помогают самим игрокам соблюдать установленные правила. Анализировать итоги надо после каждого повторения эстафеты, указывая причины побед и поражений, разъясняя эффективность разумных, быстрых и точных действий – именно это повышает образовательную и воспитательную значимость эстафет.

Приложение 2

Сценарий внеклассного мероприятия «Соревнуемся весело»

Актуальность: очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.

Цель: привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

Задачи:

Оздоровительные: способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки.

Образовательные: формировать двигательные умения и навыки; формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм; обучать игре в команде.

Развивающие: развивать быстроту, силу, ловкость, меткость, память. развивать интерес к спортивным играм;

Воспитательные: воспитывать в детях потребность в ежедневных физических упражнениях; развивать чувство товарищества, взаимопомощь, интерес к физической культуре.

Оборудование: Сигнал-свисток, эстафетные палочки по количеству детей, кегли 2шт., мячи большие 2 шт., кубики 4шт., обручи 6шт., канат.

Музыкальное оформление: маршевая музыка на выход команд, музыкальное сопровождение для конкурсов.

Участники: 2 старшие группы (Капельки и Звездочки).

Дети под музыки марша в спортивных костюмах входят в зал (одной

колонной, друг за другом). Проходят круг, делятся на две шеренги и останавливаются напротив друг друга.

Ход проведения

На спортивную площадку
Приглашаем дети вас!
Праздник спорта и здоровья
Начинается сейчас!

Ведущий:

-Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня на нашем празднике! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, скорости!

-Давайте поддержим и поприветствуем наших участников (хлопают)

-Перед Вами лучшие спортсмены из групп (представление команд и капитанов).

Какая из команд окажется самой быстрой, самой ловкой. Самой находчивой и, конечно, самой, дружной, это - мы, скоро, увидим.

Чтобы добиться хороших результатов в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам, ребята, больших успехов в предстоящих соревнованиях, желаю побед, и всем командам: – Физкульт-Ура!

Ведущий: Команды обязуются соревноваться, честно, по правилам!

А теперь небольшая разминка!

Каждый день по утрам делаем зарядку!

Очень нравится нам всё делать по порядку:

Весело шагать, (маршируют)

Руки поднимать (упражнения для рук)

Приседать и вставать (приседают)

Прыгать да скакать (прыгают)

Здоровье в порядке - спасибо зарядке!

Ведущий:

-Чтоб проворным стать атлетом

Вам эстафета!!!

Будем бегать быстро, дружно

Победить вам очень нужно!

Эстафета № 1

Инвентарь: эстафетные палочки.

-Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает кеглю и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику.

Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

Эстафета № 2

Инвентарь: мячи.

-Первый участник от каждой команды зажимает мяч между ног и прыгая вместе с ним, обегая кеглю, возвращается назад. Передает мяч следующему участнику. Руками мяч держать нельзя! Если мяч падает, необходимо остановиться и поправить мяч, только затем продолжить движение. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой и с наименьшим количеством ошибок.

Эстафета №3 с мячом

-Участники встают друг за другом. Капитанам вручаются мячи. По сигналу ведущего капитаны передают мяч через голову второму игроку, второй — третьему, и так до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать свою команду, встать во главе ее и поднять мяч вверх.

Эстафета №4

Инвентарь: обручи.

-Первыми проходить эстафету капитаны. Капитан команды становится в центр обруча, держа его руками. По команде, капитаны оббегают кеглю, возвращается назад, где к обручу снаружи цепляется следующий участник команды. Вместе они бегут до кегли, оббегают ее, второй участник остается у кегли, а первый участник возвращается за следующим. Эстафета продолжается до тех пор, пока вся команда не окажется за кеглей. Побеждает самая быстрая команда.

Ведущий: А теперь немного отдохнем.

Отгадайте загадки:

Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кроватьку,
Быстро делаю ... (Зарядку)
Сижу верхом не на коне,
А у туриста на спине. (Рюкзак)
По пустому животу
Бьют меня — неумоготу!
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумаки. (Футбольный мяч)
Когда весна берет свое
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через нее,
Ну, а она — через меня. (Скакалка)
Ноги в них быстры и ловки.
То спортивные... (Кроссовки)

Эстафета №5

«Наездники»

Команды стоят в колоннах. Первые два участника держат гимнастическую палку между ног. По сигналу начинают бег до кегли, оббегают её, возвращаются и передают гимнастическую палку следующей паре.

Ведущий:

Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т.к. соревнования помогли детям подружиться со спортом. Победила дружба. А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим друг другу и нашим гостям самую добрую, какую только можно улыбку.

- А ваши болельщики прекрасно за вас болели и это, несомненно, предавало вам сил. Давайте повернемся и поприветствуем своих болельщиков и все вместе, дружно, скажем им «Спасибо!»

-Для подведения итогов предоставляем слово нашему замечательному жюри (Вручение дипломов, подарков)

Ведущий: И вот подводим мы итоги,

Какие б ни были они.

Со спортом будем мы дружить,

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда.

Здоровыми, умелыми,

И ловкими, и смелыми.

-Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы, до новых встреч!

**3.3. Календарно-тематическое планирование
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Весёлые старты»**

№	Название темы	Кол-во часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
1.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
2.	Эстафеты с элементами гимнастики	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
3.	Эстафеты с элементами баскетбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
4.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
5.	Эстафеты с элементами волейбола	1			Педагогическое наблюдение.	

					Текущий контроль	
6.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
7.	Эстафеты с элементами футбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
8.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
9.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
10.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
11.	Эстафеты с элементами волейбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
12.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
13.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
14.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
15.	Викторина	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
16.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
17.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
18.	Эстафеты с элементами волейбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
19.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
20.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
21.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
22.	Эстафеты с элементами баскетбола	1			Педагогическое наблюдение.	

					Текущий контроль	
23.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
24.	Эстафеты с элементами футбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
25.	Эстафеты с элементами волейбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
26.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
27.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
28.	Викторина	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
29.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
30.	Эстафеты с элементами других спортивных игр	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
31.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
32.	Эстафеты с элементами футбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
33.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
34.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
35.	Эстафеты с элементами волейбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
36.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
37.	Эстафеты с элементами других спортивных игр	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
38.	Эстафеты с элементами футбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
39.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение.	

					Текущий контроль	
40.	Эстафеты с элементами других спортивных игр	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
41.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
42.	Эстафеты с элементами баскетбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
43.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
44.	Эстафеты с элементами других спортивных игр	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
45.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
46.	Эстафеты с элементами других спортивных игр	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
47.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
48.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
49.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
50.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
51.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
52.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
53.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
54.	Эстафеты с элементами гимнастики	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
55.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
56.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение.	

					Текущий контроль	
57.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
58.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
59.	Весёлые эстафеты	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
60.	Эстафеты с элементами лёгкой атлетики	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
61.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
62.	Эстафеты с элементами футбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
63.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
64.	Эстафеты с элементами баскетбола	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
65.	Викторина	1			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
66.	Комбинированные эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
67.	Весёлые эстафеты	2			Педагогическое наблюдение. Текущий контроль	
	Итого	108				

3.4. Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Весёлые старты»

<i>№ п/п</i>	<i>Дата корректировки</i>	<i>Причина корректировки</i>	<i>Согласование с руководителем учреждения</i>

3.5. План воспитательной работы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Весёлые старты»

Воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- **Гражданско-патриотическое** - воспитание личности гражданина - патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов; развитие чувства ответственности и гордости за достижения страны; формирование толерантности, чувства уважения к другим народам, их традициям.
- **Нравственное и духовное воспитание** - формировать у обучающихся нравственную культуру миропонимания; воспитание добросовестного отношения к своим обязанностям, к самому себе, к общественным поручениям.
- **Воспитание положительного отношения к труду и творчеству** - формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.
- **Интеллектуальное воспитание** - развитие способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни; формирование интеллектуальную культуру обучающихся, развивать их кругозор и любознательность.
- **Здоровьесберегающее воспитание** - использование педагогических технологий и методических приемов для демонстрации учащимся значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах; обучение ОБЖ; воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- **Социокультурное и медиакультурное воспитание** - формирование у учащихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм».
- **Культуротворческое и эстетическое воспитание:** создание условий для проявления обучающимися в объединениях инициативы и самостоятельности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие способностей адекватно оценивать свои и чужие достижения.
- **Правовое воспитание и культура безопасности** - формирование у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.
- **Воспитание семейных ценностей** - формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни; формирование активной педагогической позиции родителей; активное участие родителей в воспитании детей.
- **Формирование коммуникативной культуры** - формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Цель: создание благоприятной среды для воспитания разносторонне развитой личности и создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения и самореализации, максимального удовлетворение потребности в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Задачи:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Ожидаемые результаты:

- вовлечение большого числа учащихся в досуговую деятельность и повышение уровня сплоченности коллектива;
- улучшение психического и физического здоровья учащихся;
- сокращение детского и подросткового травматизма;
- развитие разносторонних интересов и увлечений детей.

Приложение 3

<i>№</i>	<i>Наименование мероприятия</i>	<i>Срок проведения</i>	<i>Отметка о выполнении</i>
Работа с обучающимися			
1	Контроль уровня воспитанности обучающихся, социально-психологического климата коллектива	Постоянно	
2	Контроль за посещением занятий учащимися	Постоянно	
3	Беседы: Безопасность дорожного движения. Здоровый образ жизни. Антитеррористическая безопасность. Информационная безопасность в сети Интернет. О правилах поведения при поступлении сигнала «Воздушная тревога!». О необходимости сообщать родителям, законным представителям о своем местонахождении при выходе из дома. О запрете поднимать на улице, в общественных местах бесхозные вещи и предметы. О правилах поведения с незнакомыми людьми при появлении их возле двери квартиры, дома и на улице. О безопасном использовании пиротехнических изделий. О правилах электробезопасности и обращения с газовыми приборами в быту. О правилах поведения на льду на водных объектах. О правилах безопасного нахождения дома возле открытых окон. О запрете нахождения несовершеннолетних вблизи и на объектах незавершенного строительства. Об опасности разжигания костров и порядке действий в случае пожара. О запрете курения, распития спиртосодержащей продукции с разъяснением норм действующего законодательства Российской Федерации (с обучающимися старше 12 лет). О безопасном поведении во дворах.	Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль Март Апрель Май	

№	Наименование мероприятия	Срок проведения	Отметка о выполнении
	Симферополь в годы ВОВ. Марш Великой Победы. Азбука здоровья. О правилах безопасного передвижения на велосипедах и средствах индивидуальной мобильности, световозвращающих элементах. Поведение и правила безопасности во время летних каникул		
4	Занятия с обучающимися по действиям при возникновении угрозы вооруженного нападения и пожара	Октябрь	
5	Анкетирование учащихся	Март	
Участие в мероприятиях и конкурсах			
1	Участие в соревнованиях различного ранга	По отдельному плану	
2	Мероприятия ко Дню защитника Отечества	февраль	
3	День здоровья	апрель	
Работа с родителями			
1	Информирование родителей о работе кружка		
2	Проведение консультаций на разнообразные темы		
3	Анкетирование родителей		
4	Индивидуальные беседы		
5	Родительские собрания	Октябрь, май	

