

**МКУ «Управление образования Шарыповского муниципального округа»
Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный лагерь «Бригантина»**

«Утверждаю»

Директор МАОУ ДО ДООЛ

«Бригантина»



В.Ю. Елин
2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ОЛИМПИЙСКОЕ ЛЕТО»**

Срок реализации программы: 21 день

Возрастная категория: от 7 до 17 лет

Количество часов: 24 часа

Автор-составитель:

Грубая Оксана Викторовна

Старший воспитатель

г. Шарыпово 2026

Содержание

Раздел I. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
Пояснительная записка.....	3
Направленность, новизна, актуальность.....	3
Педагогическая целесообразность.....	3
Отличительные особенности программы.....	3
Адресат программы	4
Уровень программы, объем и сроки реализации.....	4
Особенности организации образовательного процесса.....	4
Цели и задачи.....	4
Учебный план	5
Содержание программы	5
Планируемые результаты.....	6
Раздел II. "Комплекс организационно - педагогических условий, включающих формы аттестации	
Календарный учебный график программы	7
Условия реализации программы	9
Формы аттестации.....	9
Методические материалы.....	10
Список литературы.....	11

Пояснительная записка

Летние каникулы составляют значительную часть годового объема свободного времени школьников. Во время летних каникул происходит разрядка накопившейся за год напряженности, восстановление израсходованных сил, здоровья, развитие творческого потенциала. Эти функции выполняет летний лагерь МАОУ ДО ДООЛ «Бригантина»

Лагерь – это сфера активного отдыха, разнообразная общественно-значимая, спортивно-оздоровительная и досуговая деятельность, отличная от типовой назидательной, дидактической, словесной школьной деятельности. Лагерь дает возможность любому ребенку раскрыться, приблизиться к высоким уровням самоуважения и самореабилитации.

Физическая культура и спорт играют огромную роль в жизни современного общества. Они не только укрепляют здоровье нации, но и воспитывают мужество, волю, упорство в достижении цели, умение не пасовать перед трудностями и с честью выходить из непростых ситуаций.

Физкультура и спорт помогли тысячам граждан воспитать в себе силу воли, целеустремленность, выдержку, самодисциплину, коллективизм, товарищество, дружбу, взаимовыручку и другие качества.

Поэтому особое внимание в лагере будет уделяться физкультуре и спорту.

Кроме физкультурно-спортивного направления программа предусматривает и разностороннее развитие детей: интеллектуальное, экологическое, нравственное, эстетическое, патриотическое, гражданское.

Актуальность программы

«В спорте и воспитании нет каникул» — это педагогическая формула становится правилом при организации детского летнего отдыха, а за одно и правилом творческого подхода к каникулам – радостному времени духовного и физического развития роста каждого ребёнка». Летний отдых — это не просто прекращение учебной деятельности ребенка. Это активная пора его социализации, продолжение образования. Именно поэтому обеспечение занятости школьников в период летних каникул является приоритетным направлением государственной политики в области образования детей и подростков. Летняя активно - полезная занятость является формой организации свободного времени детей разного возраста, уровня развития интеллектуальных, социальных, творческих способностей ребенка. Деятельность МАОУ ДО ДООЛ «Бригантина» во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, на приобретение навыков самостоятельной деятельности. Актуальность программы заключается в том, что она предусматривает сочетание тренировочных занятий под руководством воспитателей (тренеров – преподавателей) и различных игровых, развлекательных и познавательных программ, в содержании которых включаются упражнения из профилирующих и других видов спорта, знания из различных областей науки.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Олимпийское лето» может быть определена следующими принципами:

1. Личностно-ориентированный подход. Это позволит каждому ребенку научиться работать как индивидуально, так и в коллективе;
2. Деятельностный характер работы с учетом особенностей детей для обеспечения свободы мышления и творчества;
3. Ориентация на проектную спортивную деятельность;
4. Формирование самостоятельности у детей, приобретение ими навыков по укреплению здоровья.

Отличительной особенностью данной программы является сокращение сроков обучения (от 1 года до 3 недель), уменьшением количества часов (от 72 ч. до 24 ч.). Дополнительную общеобразовательную программу «Олимпийское лето» можно использовать в работе с учащимися ОВЗ посредством разработки индивидуально образовательного маршрута, обеспечивающим освоение образовательной программы на основе индивидуализации её содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося.

Адресат программы. В объединение входят разнополые дети в количестве до 10 человек, разновозрастные от 7 до 17 лет. В этом возрасте развитие подростка — это начало поиска себя, своего уникального «Я». Это путь становления индивидуальности. В психологии этот период времени называют периодом «брожения психики», он почти всегда бывает болезненным. Это время обострения проблем, когда часто возникает взаимонепонимание детей и взрослых. Подросткам свойственна эмоциональная неустойчивость, неожиданные переходы от радужных надежд к унынию и пессимизму. Придирчивое отношение к родным сочетается с острым недовольством собой. Подросток требует, чтобы все - и взрослые, и сверстники - к нему относились не как к маленькому, а как к взрослому; они стремятся к своей независимости, праву поступать по-своему. Главным стержнем подростковых переживаний является поиск смысла жизни. Нелегко ему на нравственном перепутье найти правильную, разумную дорогу. Подросток нуждается в нравственном авторитете, который ответил бы на все его сомнения. Занятия в объединении помогут обучающимся найти себя, поверить в свои силы и физические возможности.

Условия набора в группу: принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Уровень программы, объем и сроки реализации. Данная программа краткосрочная, рассчитана на 3 недели (24 часа). Частота проведения занятий по 2 часа 3 раза в неделю. Продолжительность занятий - 35 минут, перерыв - 10 минут. Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса. Состав группы - постоянный. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Форма обучения групповая с ярко выраженным

индивидуальным подходом, обучение в малых группах. Виды проведения занятий: рассказ, беседа, практическое занятие.

Для расширения знаний и умений учащихся программой предусматривается самостоятельное изучение материала с использованием Интернет-ресурсов (лекции, видеоуроки).

Цель и задачи программы:

Цель: создание условий для укрепления здоровья детей

Задачи: к концу обучения обучающиеся

должны знать:

Предметные:

- историю олимпийских игр
- основы гигиенических навыков
- основы правильного питания
- правила закаливающих процедур
- комплекс основных физических упражнений для укрепления здоровья

должны уметь:

- соблюдать правила безопасности при занятии спортом
- применять здоровьесберегающие технологии в различных сферах деятельности

Личностные:

- уметь организовать подвижные игры на свежем воздухе;
- уметь планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- уметь давать самооценку своего результата, понимание причин успеха/неуспеха деятельности.

Метапредметные:

- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач на занятиях;
- умение применять на практике полученные знания о ЗОЖ;
- умение делать анализ имеющейся информации;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств коммуникации.

Учебный план

№ п/п	тема	Всего часов	теория	практика
1	Введение. Правила ТБ. Диагностика здоровья	2	2	-
2	Правила ЗОЖ	2	1	1
3	История Олимпийских игр	3	2	1
4	Спортивные игры (индивидуальные, командные)	15	2	13
5	Олимпийский день	2		2

6	Итого:	24	8,5	15,5
---	--------	----	-----	------

Содержание учебного плана

1. Введение. Правила ТБ. Диагностика здоровья. (2 часа).

Педагог знакомит обучающихся со спортивными площадками, оборудованием, правилами внутреннего распорядка ЦТ, с правилами ТБ. Самостоятельно осуществляет диагностику здоровья.

2. Правила ЗОЖ (2 часа)

Теория

Семь основных правил ЗОЖ

Практика

Тестирование

3. История Олимпийских игр. (3 часа).

Теория.

Виртуальная экскурсия в историю возникновения Олимпийских игр.

Практика.

Обучение участников спортивным играм наших предков (лапта)

4. Спортивные игры (индивидуальные, командные). (15 часов).

Теория.

1. Классификация индивидуальных и командных спортивных игр

Практика.

Индивидуальные спортивные игры

1. Настольный теннис

2. Бадминтон

3. Шахматы

4. Шашки

Командные спортивные игры

1. Волейбол

2. Футбол

3. Пионербол

5. Олимпийский день (2 часа)

Практика.

Ярмарка посвященная Международному Олимпийскому дню.

Планируемые результаты

По окончании обучения у ребята сформируются знания о ЗОЖ, у них разовьётся устойчивый интерес к занятиям спортом, эмоциональная восприимчивость, физическая выносливость.

Предметные:

- обучающиеся будут обладать первоначальными понятиями, связанные с Олимпийскими играми;
- будут знать игры наших предков;
- сформируют умения самостоятельно заботиться о своем здоровье;
- освоят основы физической подготовки;

будут уметь:

- самостоятельно организовывать подвижные игры;
- работать сообща для достижения поставленной цели;

Личностные:

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- давать самооценку своего труда, понимание причин успеха/неуспеха деятельности.

Метапредметные:

- обучающиеся сформируют навыки продуктивного сотрудничества (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач на занятиях;
- научатся применять на практике полученные знания;
- делать анализ имеющейся информации;
- осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств коммуникации.

Раздел 2. «Комплекс организационно - педагогических условий, включающий формы аттестации».

Календарный учебный график программы

№	Тема занятий	Теория	Практика	Всего	Планируемая дата	Фактическая дата	Форма контроля
1	Введение. Правила ТБ. Диагностика здоровья	2	-	2	4 день смены		-
2.	Правила ЗОЖ	1	1	2			
2.1	Семь правил ЗОЖ	1		1	5 день смены		Анкетирование
2.2	Тестирование		1	1	6 день смены		Тестирование
3	История Олимпийских игр	2	1	3			

3.1	Виртуальная экскурсия в историю Олимпийских игр	2		2			Презентация
3.2	Игры наших предков - лапта.		1	1			Практические умения
4.	Спортивные игры (индивидуальные, командные)	2	13	15			
4.1	Классификация индивидуальных и командных спортивных игр	2		2			Презентация
4.2	Индивидуальные спортивные игры		7	7			Практические умения
4.3	Командные спортивные игры		6	6			Практические умения
5	Олимпийский день		2	2			
5.1.	Ярмарка посвященная Международному Олимпийскому дню.		2				Практические умения
	Итого:	7	17	24			

Условия реализации программы.

Материально - техническое обеспечение: Помещения для занятий соответствует требованиям СанПиН, а так же имеются:

- игровые комнаты отрядов;
- спортивная коробка;
- спортивный стадион;
- библиотека;
- спортивная площадка
- технический инвентарь (магнитофон, DVD, мультимедийный проектор, телевизор);
- настольные игры;
- материал для декоративно-прикладного творчества;
- спортивный инвентарь.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования имеющий опыт в данной области, соответствующей преподаваемому предмету, либо высшее профессиональное или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательной

организации. Предъявляются требования к опыту практической работы. *Необходимые умения:* владеть формами и методами обучения; использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, культурно - досуговую; регулировать поведение обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; реализовать современные формы и методы воспитательной работы, как на занятиях, так и во внеурочной деятельности, ставить воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, независимо от их способностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их. *Необходимые знания:* преподаваемый предмет; основные закономерности возрастного развития; основные методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий; пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения.

Форма аттестации.

Контроль за освоением дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Олимпийское лето» предусматривает:

- промежуточную аттестацию, которая проводится в форме выполнения физических упражнений и тестирования;
- итоговую аттестацию, проходящую в спортивно - оздоровительной форме с применением полученных знаний, умений и навыков.

Критерии оценки.

Оценка «отлично» ставится за умение применять полученные знания о ЗОЖ на практике. Умение организовывать спортивные игры самостоятельно, а также качественное прохождение тестирования по заданным темам. Улучшение физического здоровья обучаемых.

Оценка «хорошо» ставится, если ЗОЖ не полностью применяем участниками. У участников наблюдается недостаточное желание заниматься физической культурой и спортом, а также участие в спортивных играх.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся не проявляет самостоятельного интереса к физической культуре, спортивным играм, не применяет на практике основы ЗОЖ.

Методы и приёмы обучения.

Обучение по данной программе предполагает использование различных методов и приемов обучения. Объяснительно - иллюстративный метод (беседа, рассказ, практическая работа (групповая и индивидуальная), самостоятельная работа

обучающихся. Репродуктивный метод (повторение, замедленный показ). Выбор методов обучения зависит от темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшем взаимодействии при создании положительной мотивации, актуализации интереса.

Краткосрочная дополнительная образовательная программа предусматривает вариативность использования некоторых педагогических технологий:

- традиционных (технология личностно-ориентированного и развивающего обучения);
- современных технологий: здоровьесберегающие, информационные.

Занятия могут иметь различные формы проведения: беседа, виртуальная экскурсия, тестирование, практическое занятие.

Краткосрочная дополнительная образовательная программа реализуется через следующие *формы занятий*:

- традиционное занятие по алгоритму:
 - вступление - 5 мин.,
 - объяснение темы- 10 мин.,
 - практическая часть - 15 мин.,
 - подведение итогов - 5 мин.

Список литературы.

1. Гузенко А.П. Как сделать отдых детей незабываемым праздником. Волгоград: Учитель, 2007;
2. Титов С.В. Лето, здравствуй! Методические рекомендации по организации работы в лагере. – Волгоград: Учитель, 2001.
3. «Упражнения и подвижные игры на свежем воздухе», Санкт-Петербург: «Детство-пресс» 2005;
4. А.Н. Никульников. «Школьная площадка», Новосибирск, 2006;
5. Организация досуговых, творческих и игровых мероприятий в летнем лагере. С.И.Лобачева. Москва: ВАКО, 2007 г.
6. Журналы «1 сентября», электронная версия газеты «1 сентября. Начальная школа».
7. Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома: Мы бросаем скуке вызов. – М., 2006.