

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Бабаевская средняя общеобразовательная школа №1»

Принята на заседании педагогического совета протокол № 1 от 28.08.2025 г.	Согласовано Директор МБОУ «Бабаевская сош №1» В.А. Виноградова 28.08.2025 г.
---	--

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

направленность: социально-гуманитарная

«Спортивные затейники»

Возраст обучающихся: 12-14 лет

срок реализации программы 1 год.

Зайцева Марина Васильевна
учитель физической культуры

Г.Бабаево 2025 год.

Пояснительная записка.

Программа «Спортивные затейники» составлена в соответствии с требованиями проектирования и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (далее ДООП) должны быть учтены положения и требования следующих нормативных документов:

Данная программа реализуется с учетом нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 года № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 года № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 года № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 года № 809 «Об утверждении основ государственной политики в укреплении традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467, с изменениями);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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».

Направленность дополнительной образовательной программы:

социально - гуманитарное

Актуальность

Проблемы здоровья населения России, и в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Всё чаще вспоминаются слова классика о том, что «Здоровье – это не всё, но без здоровья всё – ничто». Поэтому и обсуждать эти проблемы стали достаточно часто. Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни сформирована с учётом *факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей*: — неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия; — особенности отношения обучающихся к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями Телевидение, видео, компьютерные игры) и восприятием ребёнком состояния болезни

главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Программа, а также организация работы по её реализации составлена в соответствии с учётом реального состояния здоровья детей и факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия; факторы риска, имеющие место в школе, которые приводят к ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения; особенности отношения школьников к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обуславливает, в свою очередь, не восприятие ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой.

Новизна

Новизна программы « Спортивные затейники» состоит в том, что учебно-воспитательный процесс осуществляется через различные направления работы: воспитание основ культуры здорового образа жизни, развитие навыков исполнительской деятельности, приобщение детей к занятиям спортом.

Педагогическаяцелесообразность

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени, формированию физических качеств, пробуждение интереса обучающихся к новой деятельности в области физической культуры, спорта и оздоровления.

Отличительные особенности программы:

Доступность для исполнения и выполнения всех предусмотренных программой заданий детьми разного возраста. Тематика заданий разнообразна.

Принципы и подходы к реализации программы

- Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- Доступность материала, системность и постепенность его усложнения.

Сроки реализации программы

Сроки реализации программы : 1 год, всего - 34 часа.

Форма обучения - очная.

Уровень программы - стартовый

Программа реализуется на русском языке.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю, по 1 академическому часу.

Продолжительность занятия - 40 минут.

Возраст обучающихся - 12-14 лет.

Количество обучающихся в группе : от 15 до 23 человек. Условия набора: по итогам собеседования и анкет.

Формы занятий:

Обучение строится с учетом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся. Раскрытие “Я” личности является основной задачей программы. Решению этой задачи служит использование вариативных спортивно-игровых исполнительских заданий, где каждый учащийся может выбрать задание по уровню сложности или предложить свой вариант в соответствии со своим пониманием и фантазией.

Формы : беседы, тренинги, сюжетно-ролевые игры, занятия-игры, соревнования, мастерклассы, конкурсы.

Цель программы:

Создать условия для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, формирования мотивации к активному и здоровому образу жизни (ЗОЖ).

Цели программы достигается через решение следующих задач:

Образовательные:

- формирование представлений об основах здорового и безопасного образа жизни;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и психофизических особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом с учётом индивидуальных особенностей;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровья (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей; формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Воспитательные задачи:

1. Способствовать формированию ответственного поведения к своему здоровью.
2. Формирование установки на здоровый образ жизни.
3. Усилить связь между знаниями о своем здоровье, отношении к нему и поведением.
4. Воспитание личности, умеющей жить в разных условиях и передавать свой опыт другим.
5. Воспитание общечеловеческих качеств — сочувствие, ответственность, доброта, любовь к природе.
6. Эстетическое воспитание через творческие задания.

Развивающие задачи:

Развитие у детей потребности в создании здоровой окружающей среды в центре. Развитие личностного мышления на основании полученных знаний и применение их в конкретных условиях.

Совершенствовать логику мышления.

Мотивационная задача:

Включение в активную деятельность через участие в школьных, районных, областных и всероссийских мероприятиях.

Социально – педагогические задачи:

Развитие чувства сплоченности в группе;

Создание ситуации успеха для каждого ребенка в группе.

Оздоровительные задачи:

Формирование у детей культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья через применение здоровьесберегающих технологий на занятиях; создать условия для формирования у воспитанников потребности в сохранении и укреплении собственного здоровья; способствовать воспитанию нравственно здоровой личности;

создание благоприятного микроклимата в центре; снятие перегрузки воспитанников путём их двигательной активности и смены деятельности; способствовать формированию психоэмоционального состояния детей; повышение умственной и физической работоспособности детей.

Планируемые результаты

По окончании обучения должны знать:

- об основах здорового и безопасного образа жизни;

- правила здорового питания; **должны уметь:**

- соблюдать правила здорового образа жизни

- соблюдать здоровьесберегающие режима дня;

- организовать успешную учебную работу

- формировать ответственное поведение к своему здоровью

Формы подведения итогов

Основными формами подведения итогов реализации программы являются:

- проведение разовых спортивно-игровых программ для переменного состава детей;
- конкурсные спортивно-игровые программы в форме соревнований, викторин, турниров и т.д. по заданной тематике;
- спортивные праздники, куда могут входить разовые игры, конкурсы, спортивнотеатрализованные выступления; • спортивные игры, дни здоровья;

Учебный план

№	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Почему мы боеем	4	2	2
2	Здоровье – богатство на все времена	4	2	2
3	Движение - жизнь	3	0	3
4	Прививки от болезней	3	1	2
5	Инфекционные заболевания. Причины и профилактика	4	2	2
6	Человек и природа	4	2	2

7	Питание и здоровье	6	2	4
8	Компьютер – враг или друг	4	2	2
9	Сегодняшние заботы медицины Итоговый контроль	2	1	1
	Всего:	34	14	20

Учебно-тематический план

№	Название темы	теория	практика	всего
	Почему мы болеем.			
1	Беседа по теме «Почему мы болеем»	1	0	1
2	Беседа о профилактике болезней	1	0	1
3	Разработка викторины для 4 класса по теме «Почему мы болеем»	0	1	1

4	Тест «Твое здоровье».	0	1	1
	Здоровье – богатство на все времена			
5	Беседа «Движение и спорт – это жизнь»	1	0	1
6	Изготовление буклета «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»	0	1	1
7	Беседа о гигиене.	1	0	1
8	Разработка викторины для 2 класса по теме «Здоровье – богатство на все времена»	0	1	1
	Движение - жизнь			
9	Практическая часть: проведение мониторинга «Ценность здоровья и здорового образа жизни в представлениях воспитанников», обработка результатов.	0	1	1
10	Разработка теста для 3 класса по теме «Движение – жизнь»	0	1	1
11	Разработка листовок по теме «Движение – жизнь»	0	1	1
	Прививки от болезней			

12	Рассказ об инфекционных заболеваниях	1	0	1
13	Игра-соревнование «Кто больше знает»	0	1	1
14	Игра «Полезно-вредно»	0	1	1
	Инфекционные заболевания. Причины и профилактика			
15	Беседа «Инфекции и как от них защитить себя и окружающих»	1	0	1
16	Разработка викторины по теме 4 класс «Инфекционные заболевания. Причины и профилактика»	1	0	1
17	Просмотр фильмами	0	1	1
18	Изготовление плаката «Иммунитет на страже здоровья»	0	1	1
	Человек и природа			
19	Беседа «Влияние климатических факторов на здоровье».	1	0	1
20	Просмотр фильма «Человек и природа»	0	1	1
21	Изготовление ознакомительного плаката для учеников начальной школы.	0	1	1
22	Разработка викторины для 3 класса на тему «Человек и природа»	1	0	1
	Питание и здоровье			
23	Беседа «Как питались в стародавние времена и питание нашего времени»	1	0	1
24	Практическое задание: составление меню на неделю	0	1	1
25	Разработка конкурса пословиц и загадок о еде для 3 класса.	1	0	1
26	Разработка викторины по теме «Питание и здоровье» для 2 класса.	0	1	1
27	Рассказ «Как избежать зависимость от компьютерных игр»	1	0	1
28	Тестирование, с последующим обсуждением, составление презентаций.	0	1	1

	Компьютер – враг или друг			
29	Беседа «Телевидение, видео, компьютерные игры»	2	0	2
30	Проблемная обучающая ситуация «Виртуальная жизнь понемногу замещает реальную».	0	2	2
31	Тест «Оцени себя»	0	1	1
	ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ		1	1
	Всего	15	19	34

Содержание программы

•Беседа по теме «Почему мы болеем» теория
•Беседа о профилактике болезней теория
•Разработка викторины для 4 класса по теме «Почему мы болеем» практика
•Тест «Твое здоровье» практика
•Беседа «Движение и спорт – это жизнь» теория
•Изготовление буклета «Здоровье в порядке – спасибо зарядке» практика
•Беседа о гигиене теория
•Разработка викторины для 2 класса по теме «Здоровье – богатство на все времена» практика
•Практическая часть: проведение мониторинга «Ценность здоровья и здорового образа жизни в представлениях воспитанников», обработка результатов.
•Разработка теста для 3 класса по теме «Движение – жизнь» практика
•Разработка листовок по теме «Движение – жизнь» практика
•Рассказ об инфекционных заболеваниях практика
• Игра-соревнование «Кто больше знает» практика
• Игра «Полезно-вредно» практика
• Беседа «Инфекции и как от них защитить себя и окружающих» тория

•	Разработка викторины по теме 4 класс «Инфекционные заболевания. Причины и профилактика» практика
•	Просмотр фильмами практика
•	Изготовление плаката «Иммунитет на страже здоровья» практика
•	Беседа «Влияние климатических факторов на здоровье» теория
•	Просмотр фильма «Человек и природа» практика
•	Изготовление ознакомительного плаката для учеников начальной школы практика
•	Разработка викторины для 3 класса на тему «Человек и природа» практика
•	Беседа «Как питались в стародавние времена и питание нашего времени» теория
•	Практическое задание: составление меню на неделю
•	Разработка конкурса пословиц и загадок о еде для 3 класса. практика
•	Разработка викторины по теме «Питание и здоровье» для 2 класса практика
•	Рассказ «Как избежать зависимость от компьютерных игр» практика
•	Тестирование, с последующим обсуждением, составление презентаций.
•	Беседа «Телевидение, видео, компьютерные игры» теория
•	Проблемная обучающая ситуация «Виртуальная жизнь понемногу замещает реальную».
•	ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ - Тест «Оцени себя»
формы контроля	
игры	
беседы	
тесты и анкетирование	
круглые столы	
школьные конференции	
просмотр тематических видеофильмов	

экскурсии
дни здоровья, спортивные мероприятия
конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок
решение ситуационных задач
театрализованные представления, кукольный театр
участие в городских конкурсах «Разговор о правильном питании»

Форма промежуточного контроля

- тесты и анкетирование.

Формы итогового контроля

- конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок; - участие в городских конкурсах «Разговор о правильном питании».

Мониторинг образовательных результатов

Система отслеживания, контроля и оценки результатов процесса обучения по данной программе включает:

- входной контроль (определение начального уровня знаний, умений и навыков обучающихся);
- текущий контроль (в течение года);
- промежуточный контроль (в конце первого года обучения); итоговый контроль (по итогам реализации программы).

Критерии оценки освоения программы

Система оценивания

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы **Высокий уровень :**

Ребенок знает:

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи; **Средний уровень: Ребенок знает и умеет:**

⌚ способы сохранения и укрепление здоровья;

- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; • знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

Низкий уровень:

Ребенок знает и умеет:

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков; • различать “полезные” и “вредные” продукты;
- заботиться о своем здоровье.
-

В результате реализации программы по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому,

что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким

Методическое обеспечение:

Методические материалы

Методическая литература, разработки занятий, игр, бесед, конкурсов, викторин,

Методы обучения

Словесные методы обучения: беседа, рассказ, объяснение. Наглядные методы обучения: иллюстрирование, наблюдение. Практические методы обучения: игры, соревнования, упражнения, тестирование, творческое выполнение заданий.

Материально - техническое обеспечение:

Спортивный зал ,кабинет, ПК, аудио и видео техника; микрофон; аудио и CD диски с документальными и художественными фильмами, флэш-карты, наглядный материал, различные атрибуты; стулья, столы, костюмы; шары; призы;

Ресурсное обеспечение:

Наглядные пособия по темам: Плакаты по ОБЖ, ЗОЖ; Цветной картон; Цветная гуашь; Кисточки; Фломастеры; Цветные карандаши; Клей; Скотч; Пластилин; Листы ватмана; Маркеры; Ручки; Карандаши; Листы бумаги А4; Ножницы; Линейки.

Кадровое обеспечение – Учителя физической культуры

Воспитательная работа

Воспитательная работа ведётся в соответствии с планом учебно-воспитательной работы учреждения на 2025-2026 учебный год.

Воспитание, осуществляемое в дополнительном образовании, очень значимо, так как охватывает весь образовательный процесс. Планирование воспитательной работы является значимым звеном в общей системе деятельности педагога. Продуманное планирование обеспечивает её чёткую организацию, намечает перспективы работы, способствует реализации определённой системы воспитания. Воспитание является одним из важнейших компонентов образования в интересах человека, общества государства.

Дела	Ориентировочное время проведения
День Знаний: -торжественная линейка -урок мира	1 сентября
День пожилого человека: -изготовление поздравительных открыток для ветеранов	Октябрь
День учителя: -изготовление поздравительных открыток и сувениров -концертная программа «От сердца к сердцу!» для учителей	Октябрь

День матери: -выставка рисунков -изготовление поздравительных открыток и сувениров -концертная программа «За всё тебя благодарю!»	Ноябрь
Новый год: -новогодний бал	Декабрь
День Святого Валентина:	Февраль
-почта поздравлений -конкурсно-игровая программа	
Месячник защитника Отечества: -изготовление поздравительных открыток -смотр строя и песни -акция «Подарок солдату» -спортивные соревнования «Смелые, сильные, ловкие...»	Февраль
Международный женский день: -конкурс плакатов -изготовление поздравительных открыток и сувениров -концертная программа «Весеннее настроение!» - конкурсно-игровая программа	Март
Конкурс чтецов «Весенние голоса»	Март-апрель
День Победы: -вахта памяти -митинг -«Бессмертный полк» -концертная программа «Во имя мира!»	Май
Последний звонок: -торжественная линейка	Май

Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Этапы образовательного процесса	Сроки
• 1	Комплектование групп	Август-сентябрь
• 2	Начало учебного года	1сентября
• 3	Продолжительность учебного года	34 учебных недель

• 5	Дополнительные дни отдыха	3-4 ноября 2025 г, 31 декабря 2025 г., 1-11 января 2026г, 23 февраля 2026 г, 8 марта 2026г., 1 мая 2026г., 9 мая 2026 г.
• 6	Реализация программы	сентябрь - май
•	Промежуточный контроль	май
7.	Итоговый контроль	май

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Учебники и пособия для реализации программы для педагога:

- В.И. Ковалько//Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход// 4 класс// М. 2011 год;
- С.К. Кучильдин //Гимнастика. Нестандартный подход // Библиотечка «Первое сентября» // Серия «Спорт в школе» №20 // М.2008 год; **Литература для преподавателя:**

- 1.Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. - М., 1986.
- 2.И.Осокина Т.И., Детские подвижные игры. - М., 1989.
3. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. - М., 1984.
- 4.ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. «Просвещение», Москва. 2009.
- 5.ФГОС Примерные программы начального образования. «Просвещение», Москва, 2009.

Литература для обучающихся:

1. Башкиров, В. Профилактика травм у спортсменов / В.Башкиров. – М.: Физкультураиспорт, 1987. – 176 с., ил.
2. Куколевский, Г. Гигиена физкультурника / Г. Куколевский. – М.: «Медицина», 1971. –80с., ил.
3. Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко,В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.
- 4.. Логинов, М. Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее / М.Логинов. – СПб.: Дельта, 1998. – 208 с., ил.
5. Талага, Е. Энциклопедия физических упражнений / Е.Талага, пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 412 с., ил.

Интернет-ресурсы в помощь учителю физической культуры:

- <http://method.novgorod.rcde.ru> — Методическое хранилище предназначено для дистанционной поддержки учебного процесса.
- <http://www.fisio.ru/fisioinschool.html> Сайт, посвященный Здоровому образу жизни, оздоровительной, адаптивной физкультуре.