

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 9 с.НИНЫ»



Утверждено
Программа № 25 от 2020 февраля 2025 года
Директор МБОУ СОШ № 9 с. Нины
Н.Ф.Плетникова

ПРОГРАММА
вечерней площадки «Дружба»

Возраст детей: 7-15 лет
Срок реализации программы:
июнь, июль, август 2025г.

2025 год

Информационная карта

Наименование Программы	Программа школьной вечерней спортивной площадки «Дружба»
Цели и задачи Программы	<p>Цель: Организация уроков физической культуры и активного отдыха детей и подростков, через популяризацию различных видов спорта.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Создание оптимальных условий для укрепления здоровья, профилактики вирусных инфекций и организации досуга детей в каникулярное и внеурочное время. • Воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом. • Приобщение детей к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
Адресная направленность	Дети и подростки от 7 до 15 лет.
Сроки реализации Программы	2025 год.
Краткое содержание Программы	Программа направлена на обучение и организацию досуговой занятости детей и подростков. Рассчитана на реализацию физкультурно-спортивных мероприятий и оздоровления детей и подростков по месту жительства.
Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> • Создание условий для совмещения учебного, внеурочного и каникулярного времени и полноценного отдыха с укреплением здоровья детей и профилактики вирусных инфекций. • Воспитание волевых качеств: самостоятельность, настойчивость, самообладание, выдержка и воля к победе. • Воспитание коммуникативных качеств: ориентироваться в различных ситуациях общения, в сфере межличностного взаимодействия. • Создание потребности в систематических самостоятельных занятиях двигательной активностью. • Воспитания умения самостоятельной организации спортивной досуговой деятельности

Актуальность программы

Здоровье - состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Здоровье человека на 60 процентов зависит от образа жизни. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и в то же время защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды. С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться. Заниматься спортом, соблюдать правила личной гигиены, - словом добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья. Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека.

Весь мир столкнулся с пандемией нового заболевания-коронавирусной инфекцией острым инфекционным заболеванием. Инфекция поражает легкие, в результате чего пациент может оказаться на грани жизни и смерти. Чтобы избежать подобной участи, и справиться с гиподинамией особенно в период

дистанционного обучения, врачи рекомендуют укреплять здоровье при помощи специальной дыхательной гимнастики и физической нагрузки.

Учёные доказали, что заразиться коронавирусом на открытом воздухе практически невозможно, поэтому эта программа актуальна особенно в наши дни.

Влияние на здоровье свежего воздуха неоспоримо. Для нормальной жизнедеятельности важно движение, влажность и температура воздуха. Совокупность этих параметров и оказывает пользу для здоровья: укрепление памяти, улучшение работы систем организма, избавление от рассеянности и депрессии, нормализация работы сосудов, ЖКТ, легких и сердца, излечение некоторых заболеваний; увеличение продолжительности жизни.

Физические упражнения на свежем воздухе являются профилактикой заражения коронавирусной инфекцией, увеличивают потребность организма в кислороде, что делает дыхание более глубоким, эффективным и частым, улучшается вентиляционная работа лёгких, укрепляется сердечно-сосудистая система.

Двигательная активность на свежем воздухе – это один из способов закаливания. Свежий воздух в сочетании с активными физическими упражнениями и играми влияет на организм особенно благотворно. Это эффективное средство укрепления здоровья, снижения заболеваемости и повышения уровня работоспособности детей. При систематическом воздействии солнца и воздуха повышается устойчивость организма к меняющимся погодным условиям (холод, дождь, жара и др.).

Для работы МОУ «СОШ № 9 с. Нины» в рамках оздоровления детей имеются все необходимые условия. Программа рассчитана на организацию работы на 2025 год.

«Делу – время, потехе – час» - гласит мудрая народная поговорка. Ребята привыкли отдавать свой досуг веселым развлечениям, увлекательным спортивным играм. Здоровый человек нуждается в деятельном отдыхе. Тем более в этом нуждается ребенок, для которого спорт – это возможность проявить свою творческую активность, свои растущие силы.

Присущая детям жажда деятельности часто находит свое выражение в спорте, заменяющей ребенку необходимый для него труд.

В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий.

спортивные игры содействуют развитию социально-коммуникативных навыков у детей

Спортивные и подвижные игры укрепляют крупные группы мышц, развивают психофизические качества: силу, быстроту, ловкость, выносливость. В спортивных играх у ребенка повышается умственная активность, ориентировка в пространстве, развивается сообразительность, быстрота мышления, происходит осознание собственных действий.

Хорошая творческая спортивная игра требует от играющих различного рода усилий, направленных на достижение целей, то есть на преодоление возникших в ходе игры препятствий. Всякая спортивная игра приучает участников к согласованным действиям, к точности и своевременности перед командой или группой, за которые они играют. В добровольном подчинении правилам игры,

без которых она перестает быть организованным действием, утверждается и крепнет социальная дисциплина играющих. Наконец в спортивной игре, чаще всего, представляющей собой индивидуальные или групповые соревнования, воспитываются многие волевые качества: самостоятельность, настойчивость, самообладание, выдержка, воля к победе – все то, без чего немислим успех. А ведь наличие этих условий составляет основу всякого плодотворного труда.

Пояснительная записка

Дети открывают мир и себя в этом мире, осваивают пространство времени, пытаются узнать что-нибудь новое, абсолютно добровольно, и всегда с удовольствием. Поэтому МОУ «СОШ № 9 с.Нины» планирует проведение уроков физической культуры и мероприятий на спортивных площадках, где будут созданы условия для отдыха и восстановления здоровья детей.

Программа позволит создать благоприятные возможности для роста каждой отдельной личности. Она направлена на воспитание и формирование у детей и подростков таких качеств, как товарищеская взаимопомощь, физическое развитие, осознание ответственности перед коллективом за свои поступки и поведение, сочетание личных интересов с общественными.

При создании Программы мы исходили из ряда достаточно простых, но и вместе с тем весьма важных оснований:

1. Вечерняя спортивная площадка помогает использовать период урочного, внеурочного и каникулярного времени, детей для укрепления здоровья, развития физических сил, обогащения знаниями и новыми впечатлениями.

2. Такая форма активного отдыха содействует развитию и сплочению, как временного детского коллектива, так и создает основу для развития интеллекта ребёнка и применения полученного опыта взаимодействия в любом коллективе, в том числе в последующей учебной деятельности.

3. Создаются большие возможности для организации неформального общения. Неформальность же обстановки позволяет организовать и развивать самостоятельность ребят, воспитывать личностные качества, формировать активность, обучать разнообразным умениям и навыкам.

4. Большая роль отводится организации занятости детей в летний период времени, как мощная превентивная форма против безнадзорности, асоциального и аддитивного поведения подростков.

Цель Программы

Организация уроков физической культуры и активного отдыха детей и подростков, через популяризацию различных видов спорта.

Формирование социальной активности и спортивного потенциала детей и подростков путем организации развивающего и безопасного досуга по месту жительства в летний период на территории вечерней площадки.

Задачи Программы

Создание оптимальных условий для укрепления здоровья и организации досуга детей во внеурочное и каникулярное время. Воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Приобщение детей к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Формирование позитивных сообществ детей и подростков по месту жительства.

Самоорганизация развивающего и позитивного досуга на дворовых площадках по месту жительства.

Профилактика асоциального поведения детей и подростков по месту жительства.

Привлечение детей и подростков к занятиям спортом на дворовых площадках и в спортивных клубах по месту жительства.

Организация массовых физкультурно-спортивных мероприятий.

Основное содержание Программы

Реализация Программы рассчитана на проведение физкультурно-спортивных мероприятий для оздоровления детей и подростков по месту жительства. Для полноценной работы все спортивные площадки будут оснащены спортивным и игровым инвентарём.

Программа является комплексной, её работа строится по следующим направлениям: физкультурное, профилактическое, оздоровительное.

Для реализации направлений программы в работе площадок будут использованы следующие формы работы: уроки по физической культуре, веселые старты, эстафеты, спортивные и подвижные игры на свежем воздухе, конкурсы, викторины, турниры знатоков спорта, спортивные праздники, школьная спартакиада, силовое самосовершенствование выполнение нормативов ВФСК ГТО.

Участники Программы

В данной программе принимают участие дети и подростки в возрасте от 7 до 15 лет. Особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей, детей-сирот, а также детей, находящимся в трудной жизненной ситуации.

Сроки реализации Программы

По продолжительности программа является краткосрочной. Реализуется на территориях школы в течение одного года.

Этапы реализации Программы

Подготовительный этап (Май 2025г.) включает в себя:

- разработка программы деятельности спортивной площадки;
- подготовка методического материала для учителей физической культуры работы на спортивных площадках;
- составление необходимой документации для деятельности площадки (план-сетка, положение, должностные обязанности, инструкции т.д.).

Организационный этап (в течение 2-3 дней в начале каждого месяца):

знакомство с правилами жизнедеятельности и безопасности пребывания на спортивной площадке.

Основной этап (2025г.):

- реализация программных мероприятий;
- вовлечение детей и подростков в различные виды спортивной деятельности.

Заключительный этап (Август 2025 г.)

- подготовка анализа реализации Программы;
- подведение итогов работы спортивных площадок.

Режим работы спортивной площадки:

Работа спортивных площадок будет осуществляться с сентября по май, урочная деятельность и работа спортивных секций (согласно графику работы).

В каникулярный период работа спортивных площадок осуществляется согласно дополнительного графика.

Возможна корректировка времени работы, согласно приказа директора школы.

Условия работы спортивных площадок

При неблагоприятных метеоусловиях дождь, ветер свыше 15 м/с. Мероприятия, запланированные на открытых площадках, будут проводиться в спортивных залах.

Программные мероприятия:

Реализация Программы осуществляется согласно расписанию уроков и графика мероприятий. Проведение мероприятий осуществляется различными формами и методами. Реализацию программных мероприятий осуществляют учителя физической культуры и начальных классов.

Материально-техническое обеспечение:

Материально-техническая база	Применение
Спортивный зал	Проведение уроков по физической культуре и спортивно – развлекательных соревнований
Спортивная площадка	Проведение спортивных и подвижных игр на воздухе, спартакиада.

Ожидаемые результаты Программы:

Создание условий для совмещения учебного, внеурочного и каникулярного времени, полноценного отдыха с укреплением здоровья детей и профилактики вирусных инфекций;

Привитие к здоровому образу жизни;

Воспитание волевых качеств: самостоятельность, настойчивость, самообладание, выдержка и воля к победе.

Воспитание коммуникативных качеств: ориентироваться в различных ситуациях общения, в сфере межличностного взаимодействия.

Создание потребности в систематических самостоятельных занятиях двигательной активностью.

Воспитания умения самостоятельной организации спортивной досуговой деятельности

В ходе занятий, внеурочной деятельности, внеклассных мероприятий, самостоятельных занятиях спортом в свободное время формируются:

Личностные результаты:

воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

формирование ответственного отношения к учению

формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

Метапредметные результаты:

умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений.

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе.

формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

умение самостоятельно определять цели своего обучения, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Предметные результаты:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга,

- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение

двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

План работы школьной летней вечерней спортивной дворовой площадки «Дружба»

№	Дата	Мероприятие
1	01.06.	Открытие площадки «Собирайся, детвора, начинается игра!»
		Инструктаж «Правила безопасности на летней вечерней спортивной дворовой площадке»
		Соревнование по волейболу
2	02.06	Экскурсия в Центральный парк
		Беседа «Безопасность на дороге»
3	05.06	Конкурс рисунков «Я хочу быть олимпийским чемпионом»
		Весёлые старты «Кто первый!»
		Беседа «Мы – против курения»
4	07.06.	Экскурсия на Лодочную станцию
		Беседа «Безопасность на воде и вблизи водоёмов»
		Беседа «Движение первых»
5	08.06.	Игра «Моя любимая игра»
		Инструктаж «Правила безопасности при пожаре»
6	09.06.	Игра – праздник «Да здравствуют дети на всей планете»
		Беседа «Безопасность на спортивной площадке»
7	13.06.	Беседа «Скулшутинг, булинг – нельзя»
		Соревнования по баскетболу
8	14.06.	Спортивный праздник «Самый ловкий»
		Беседа «Правила поведения общественных местах»
9	15.06.	Соревнования для детей с ограниченными возможностями под девизом «Вперёд к медали!»
		Беседа «Правила безопасности на дороге и железной дороге»
10	16.06.	Экскурсия в Центральный парк
		Беседа «Осторожно клещ»
11	19.06.	Игра «Зов джунглей»
		Кубанская игра «Городок»
12	20.06.	Час весёлых эстафет
		Беседа «Всё о спорте»
13	21.06.	Путешествие по спортивным станциям «Весёлый поезд»
		Беседа «Безопасность на спортивных соревнованиях»
14	22.06.	Беседа «От болезней всех полезней».
		Эстафеты «Олимпийцы среди нас»
15	23.06	Беседа «Спорт, каким он нужен миру»
		Игра «собирайся, детвора, начинается игра!»
		Оформление информационного стенда «Звонкое лето»
16	26.06	Беседа «Безопасность на дороге и железной дороге»
		Соревнование по теннису
17	27.06	Весёлые старты «Кто первый!»
		Беседа «Правила безопасности на воде и вблизи водоёмов»
18	28.06	Путешествие в страну Спортландию.
		Игра «Здоровый образ жизни»
19	29.06	Экскурсия на Казачий остров
		Беседа «Безопасность в летний период»
20	30.06	Путешествие в страну Спортландию.

№	Дата	Мероприятие
1	03.07.	Инструктаж «Правила безопасности на летней вечерней спортивной дворовой площадке» Игра «Русские богатыри»
		Беседа «Правила неконфликтного общения» Эстафеты «Военная горка»
2	04.07.	Кубанская игра «Пятнашки», Жмурки»
		Беседа «Осторожно клещ»
3	05.07.	Спортивный час «От школьных побед до Олимпийской медали»
		Беседа «Безопасность в социальных сетях»
4	06.07.	Весёлые старты «Расти здоровым!»
		Беседа «Береги здоровье смолоду»
5	07.07.	Спортивные соревнования «Белая ладья»
		Беседа «Осторожно клещ»
6	10.07.	Экскурсия в районный парк «День семьи, любви и верности»
		Беседа «Правила поведения в общественных местах»
7	11.07.	Экскурсия на Лодочную станцию
		Беседа «Безопасность на дороге и железной дороге»
8	12.07.	Экскурсия в районный парк
		Беседа «Правила поведения в общественных местах»
9	13.07.	Игра – праздник «Да здравствуют дети на всей планете»
		Спортивная игра «Школа выживания»
10	14.07.	Весёлые старты «Смелые, сильные, ловкие»
		Соревнования по волейболу
11	17.07.	Экскурсия на лодочную станцию
		Беседа «Правила поведения на дороге»
12	18.07.	Соревнования «Ты - чемпион»
		Беседа «Правила поведения на воде и вблизи водоёмов»
13	19.07.	Весёлые прыгалки
		Спортивный час «Будь здоров»
14	20.07.	Просмотр фильма «Движение вверх»
		Беседа «Осторожно» Терроризм! Опасно!»
15	21.07.	Просмотр фильма «Легенда №17»
		«Всё о спорте» - интеллектуальная игра
16	24.07.	Кубанская виртуальная игра «Спортивная викторина»
		Беседа «Безопасный Интернет»
17	25.07.	Просмотр фильма «Лёд»
		Беседа «Безопасность на летней площадке»
18	26.07.	Экскурсия на Лодочную станцию
		Безопасность на воде и вблизи водоёмов
19	27.07.	Соревнования по волейболу
		Безопасность в спорте
20	28.07.	Поход в спортивный лагерь «Бейсужёк»
		Игра «Казачи и разбойники»
21	30.07.	Час весёлых эстафет
		Обновление информационного стенда «Звонкое лето»
21	30.07.	Поход в на Казачью поляну
		Обновление информационного стенда «Звонкое лето»

№	Дата	Мероприятия
1	01.08.	Беседа «Правила поведения на летней вечерней спортивной дворовой площадке» Игра «В здоровом теле – здоровый дух».
2	02.08.	Спортивные путешествия по станциям. Игра: «Что значит быть здоровым»
3	03.08.	Соревнования «Смелые и ловкие» Беседа «Правила поведения на спортивной площадке»
4	04.08.	Весёлые эстафеты Прыжки на скакалках.
5	07.08.	Соревнования по баскетболу Беседа «Безопасность на спортивной площадке»
6	08.08.	Беседа «Наше здоровье в наших руках». Соревнования по волейболу.
7	09.08.	Соревнования по бегу «Кто быстрее?» Эстафеты с мячом.
8	10.08.	День весёлых игр. Спортивные конкурсы
9	11.08.	Спортивно- игровой праздник «Улыбки» Беседа «Безопасность ПДД»
10	14.08.	Соревнования по теннису Беседа «Твоя ответственность за правонарушения»
11	15.08.	Экскурсия на Лодочную станцию Беседа «Осторожно клещ»
12	16.08.	Спортивный праздник «Весёлые старты» Беседа «Правила безопасности на спортивных соревнованиях»
13	17.08.	Весёлые старты «Кто первый» Беседа «Безопасный спорт»
14	18.08.	Час весёлых эстафет. Соревнования по прыжкам в длину
15	21.08.	Торжественное закрытие площадки Беседа «Безопасные социальные сети»