**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. |  |  | Пояснительная записка | 2 |
| 2. |  |  | Учебный план | 4 |
| 3. |  |  | Методическое сопровождение | 8 |
| 4. |  |  | Перечень информационного обеспечения | 20 |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Дополнительная общеразвивающая программа «Познай себя» для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (далее «Программа «Познай себя») разработана на основании «Закона об образовании в РФ», национальной и региональной стратегий действий в интересах детей, в соответствии с «Комплексом мер по обеспечению доступности дополнительного образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в 2016-2017 учебном году», утвержденного в Кемеровской области во исполнение пункта 4 протокола заседания Совета при Правительстве Российской Федерации по вопросам попечительства в социальной сфере от 18.11.2015 г. №10.

В настоящее время Государственная политика Российской Федерации в сфере образования особое внимание уделяет уязвимым категориям детей, среди которых дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей. Так, в указе Президента РФ от.01.06.2012г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» говорится о необходимости разрабатывать и внедрять формы работы с такими детьми, позволяющие преодолевать их социальную исключенность и способствующие реабилитации и полноценной интеграции в общество.

«Региональная стратегия действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы», делает упор на максимальную реализацию потенциала каждого ребенка. В региональной стратегии подчеркивается, что в «Кемеровской области должны создаваться условия для формирования достойной жизненной перспективы для каждого ребенка, его образования, воспитания и социализации, максимально возможной самореализации в социально позитивных видах деятельности». Это возможно за счет «…использования последних достижений науки, современных технологий, социального партнерства...».

 В тексте Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" определена одна из современных технологий организации образовательного процесса - сетевая форма реализации образовательных программ. В части 1статьи 15 говориться, что «Сетевая форма реализации образовательных программ обеспечивает возможность освоения обучающимися программы с использованием ресурсов нескольких организаций, осуществляющих образовательную деятельность, а также при необходимости с использованием ресурсов иных организаций».

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 14.09.2014 г. № 1726-р, также подчеркивает, что проектирование и реализация программ дополнительного образования может осуществляться в сетевой форме.

**Новизна** Программы «Познай себя» заключается в создании единого образовательного пространства для обеспечения доступности дополнительного образования для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

Сетевое взаимодействие кооперирует образовательные ресурсы, расширяет вариативный спектр программы, что дает возможность обучающимся реализовать свои образовательные потребности и запросы.

Деятельность образовательных учреждений в составе сетевого взаимодействия строится с учетом социального заказа, запросов учреждений для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Управление сетевой формой реализации Программы «Познай себя» осуществляется посредством договорных отношений между участниками сети.

**Актуальность**  Программы «Познай себя» выражается в том, что она позволяет в полной мере реализовать мероприятия «Комплекса мер по обеспечению доступности дополнительного образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в 2016-2017 учебном году».

**Цель Программы** - формирование у детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей ключевых компетентностей для полноценной интеграции в социум, самоопределение участников программы для дальнейшего индивидуального обучения по программам дополнительного образования в учреждениях Киселевского городского округа.

Понимание цели Программы «Познай себя» и особенностей её структуры позволяет конкретизировать содержание **общих** **задач** по каждому из основных модулей:

* внедрение эффективной модели реализации учебного плана по каждому из направлений программы;
* обеспечение продуктивных взаимоотношений между участниками образовательного процесса;
* актуализация теоретических знаний и практических умений обучающихся в ходе освоения программы;
* развитие мотивационной основы личности, навыков позитивного общения;
* формирование у обучающихся качеств, необходимых для полноценной социализации.

 Программа «Познай себя» состоит из автономных модулей и **рассчитана на один год.**  Количество часов реализации Программы – 36. На изучение каждого программного модуля отводится 9 часов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **УДО** | **Направления** | **Модули** | **Кол-во часов** |
| ДЮСШ | СПОРТ | «Олимпийская смена» | 9 |
| ДДЮТЭ | ТУРИЗМ | «Азбука туризма» | 9 |
| ДДТ | ТВОРЧЕСТВО | «Мастерская  творчества»«Юный эрудит» | 9 |
| ЦДТ |
| ЦРТДЮ | ПРОФОРИЕНТАЦИЯ |  | 9 |
|  |  | **ИТОГО:** | **36** |

Программа «Познай себя» предполагает круговую цикличность, обеспечивающую организацию всесторонней, разноплановой деятельности обучающихся на базе учреждений дополнительного образования с применением разнообразных форм творческой активности (учебно-тренировочные занятия, мастер-классы, соревнования, тренинги, проектная деятельность и др.).

Выбор конкретного варианта реализации модуля определяется, прежде всего, ресурсами, которыми располагает каждое учреждение.

Каждый модуль Программы «Познай себя» разделен на три ступени в соответствии с возрастными потребностями детей – участников Программы.

 Участники Программы «Познай себя» – дети - воспитанников детских домов Киселевского городского округа «Радуга» и «Гвоздика». При этом каждое из учреждений дополнительного образования является базовым для определенного количества детей, зачисленных на Программу «Познай себя». В каждое из учреждений, участвующих в реализации Программы, зачисляется группа детей – воспитанников детских домов, и учреждение отслеживает прохождение данной группой дорожной карты в полном объеме. (Приложение № 1)

**Основные принципы** реализации Программы «Познай себя»

* Учет возрастных особенностей. Информация, преподносимая обучающимся должна быть доступна, понятна, интересна.
* Научная обоснованность. Информация, которая используется для работы с детьми, должна быть достоверной и иметь научное обоснование.
* Практическая целесообразность. Все формируемые навыки и умения должны быть востребованы в повседневной жизни обучающихся, находить практическое применение.
* Культурологическая сообразность. Подразумевает формирование личности обучающихся, с учетом культурных традиций народа и страны в целом.

 **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

 программного модуля «Олимпийская смена»

дополнительной общеразвивающей программы «Познай себя»

Программный модуль «Олимпийская смена» предназначен для обучающихся 1-11 классов. Занятия проводятся на добровольных началах с учетом склонностей детей и подростков, их возможностей и интересов. Оптимальная численность группы 18 человек.

**Цель модуля** «Олимпийская смена»: популяризация физической культуры и спорта, формирование у детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, ключевых компетентностей для полноценной интеграции в социум средствами физической культуры и спорта.

**Задачи:**

- приобщение к идеалам и ценностям Олимпийского движения;

- формирование теоретической основы об основных Олимпийских видах спорта;

-практическое освоение двигательных умений и навыков в соревновательной деятельности.

Программный модуль «Олимпийская смена» состоит из трёхразделов, содержание которых охватывает основные направления работы по формированию, как теоретических знаний, так и практических навыков. Порядок реализации разделов и необходимое количество занятий определяется самим педагогом. Согласно учебному плану на 2017-2018 учебный год на изучение программного модуля «Олимпийская смена» отводится 9 часов.

**Годовой учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование и содержание разделов | Количество часов/занятий |
| 1 | Вводный - «Знатоки олимпизма».Раздел включает в себя освоение теоретических знаний по олимпийскому движению (возрождение и символика идеалы, ценности олимпизма, олимпийские чемпионы и др.) и технику безопасности при проведении занятий физкультутно-спортивной направленности. | 2 занятия2 часа |
| 2 | Основной - «Олимпийские виды спорта».Раздел включает в себя занятия, на которых обучающиеся имеют возможность освоить олимпийские виды спорта.Раздел включает в себя как освоение теоретических знаний, так и приобретение практических умений.  | 3 занятия3 часа |
| 3 | Итоговый - «Быстрее, выше сильнее!»Раздел, который предусматривает организацию соревновательной деятельности с соблюдением олимпийского принципа: «Главное не победа, а участие!» | 4 занятия4 часа |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вводный раздел «Знатоки Олимпизма»** | младший школьный возраст | средний школьный возраст | старший школьный возраст |
| История развития Олимпизма:* история возникновения Олимпийских игр;
* Олимпийская символика;
* Олимпийские Чемпионы
* история Олимпизма в нашей стране
 | 1 | 1 | 1 |
| Основные Олимпийские принципы: * практическое применение олимпийских принципов в спортивной деятельности и повседневной жизни;
* техника безопасности при проведении занятий физкультурно-спортивной направленности.
 | 1 | 1 | 1 |
| Всего часов в год | 2 | 2 | 2 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Основной раздел «Олимпийские виды спорта»** | младший школьный возраст | средний школьный возраст | старший школьный возраст |
| **Легкая атлетика** Правила поведения в беговом коридоре:* инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой

Знакомство с общей физической подготовкой:* значение ОФП для всестороннего физического развития
* общеразвивающие упражнения, применяемые для всестороннего физического развития: ходьба, бег, прыжки в длину и высоту, переползания, упражнения без предметов и с предметами.

Знакомство со специальной физической подготовкой: * общее представление о двигательном действии и создание установки на овладение им.
* упражнения для развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости: беговые упражнения на месте и в движении, прыжковые упражнения на месте в движении, упражнения для овладения техники бега, прыжков и метания, упражнения в парах (с партнёром).

Знакомство с видами лёгкой атлетики:* бег на короткие, средние и длинные дистанции

барьерный бег, прыжки в длину, прыжки в высоту, прыжки с шестом, толкание ядра, метание мяча | 1 | 1 | 1 |
| **Футбол**Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке* инструктаж по технике безопасности при занятиях футболом

Общее представление об игре: * основы футбола;
* правила игры, расстановка

***Техника владения мячом полевого игрока***Удары по мячу ногами* удары внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком, пяткой.

Остановки мяча* полная остановка
* неполная остановка

Ведение мяча* дриблинг, или ведение мяча толчками,

Вбрасывание мяча* вбрасывание мяча из-за боковой линии производится с места

*Техника владения мячом вратаря** ловля, отбивание, перевод и бросок мяча.
 | 1 | 1 | 1 |
| **Волейбол**Правила поведения в спортивном зале. * инструктаж по технике безопасности при занятиях волейболом в условиях спортивного зала .

Общее представление об игре: * основы волейбола;
* правила игры, расстановка

Техническая подготовка* Перемещения и стойки.Перемещение приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; сочетание стоек и перемещений.
* Передачи: Передача мяча сверху двумя руками; над собой - на месте и после перемещений
* Отбивание мяча кулакомчерез сетку в непосредственной близости от нее.
* Подачи: нижняя прямая (боковая); подача мяча держателе (подвешенного на шнуре); в стену – расстояние 6 м, 9 м; через сетку – расстояние 6 м, 9 м; из-за лицевой линии в пределы площадки, правую, левую половины площадки

Техника защиты* Перемещения и стойки***;*** то же, что в нападении, внимание низким стойкам; скоростные перемещения на площадке и вдоль сетки; сочетание перемещений с перекатами на спину и в сторону на бедро.
* Прием сверху двумя руками;прием мяча после отскока от стены (расстояние 1-2 м); после броска партнером через сетку (расстояние 4-6 м); прием нижней прямой подачи.
* Прием снизу двумя руками:прием подвешенного мяча, наброшенного партнером – на месте и после перемещения; в парах направляя мяч вперед вверх, над собой, один на месте, второй перемещается; прием подачи и первая передача в зону нападения
 | 1 | 1 | 1 |
| Всего часов в год | 3 | 3 | 3 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Итоговый раздел - «Быстрее, выше сильнее!»**  | младший школьный возраст | средний школьный возраст | старший школьный возраст |
| «От норм ГТО – к Олимпийским медалям»сдача нормативов ВФСК ГТО | 1 | 1 | 1 |
| Турнир по футболу «Снежные поля России | 1 | 1 | 1 |
| Спортивные эстафеты с элементами волейбола «Быстрее, выше сильнее» | 1 | 1 | 1 |
| Спортивный праздник «Равнение на Победу»* бег на короткие дистанции
* конкурс рисунков «Спорт во имя мира и добра»
 | 1 | 1 | 1 |
| Всего часов в год | 4 | 4 | 4 |

**МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ**

**"ЗНАТОКИ ОЛИМПИЗМА"**

интерактивная лекция с проведением викторин

**Цель:** воспитание патриотизма и уважения к культурному (спортивному) наследию на основе расширения знаний учащихся об Олимпийских играх и участию России в них.

**Задачи:**

1. Расширить знания учащихся о современных Олимпийских и Паралимпийских играх и участии России в них.
2. Формирование стремления к здоровому образу жизни, чувства гордости и уважения к спортивному наследию страны и спортивным достижениям россиян в Олимпийских играх.
3. Развитие у учащихся творческих способностей, познавательной активности, навыков работы в группе.

**Тип занятия:** интерактивная лекция с проведением викторин.

**Ход мероприятия**

- Олимпийские игры – важнейшее событие в международной спортивной жизни. Они привлекают к себе пристальное внимание миллионов людей нашей планеты. Под олимпийскими знаменами собираются спортсмены всех континентов, потому что  спорт сближает людей, помогает народам лучше понять и познать друг друга.

В 2007 году Россия в серьезной конкурентной борьбе завоевала право на проведение Олимпийских игр в городе Сочи Краснодарского  края. Всех россиян переполняет чувство особой гордости.

- Предлагаю вам послушать две притчи и сказать, какая общая мысль в них заложена?

(1 ученик зачитывает)

Однажды в холодную погоду тепло одетый юноша встретил старика скифа. На старике была только набедренная повязка.

  – Как ты, старик, не мерзнешь в такой холод? – спросил юноша.

  – Но ты же не закрываешь лицо? – вместо ответа заметил старик.

  – Но то же лицо, оно привыкло! – воскликнул юноша.

  – Так представь себе, что я весь – лицо, – ответил старик. – Лицо привыкает к холоду. Так же должно привыкнуть и все тело. Для этого надо тренироваться.

(2 ученик зачитывает)

 Мальчик Милон жил в городе Кротон и помогал своим родителям пасти скот. Ему очень хотелось участвовать в Олимпийских играх. Для этого надо было быть сильным и ловким. А чтоб стать таким, маленький пастух придумал вот что.

 Милон выбрал себе в стаде у отца крохотного теленка. И однажды утром Милон попытался поднять его и взвалить на плечи. Это было нелегко, тем более что теленку совсем не хотелось, чтоб его поднимали над землей. Ноги у малыша дрожали, дыхание прерывалось. И все-таки Милон уложил теленка себе на плечи. Сделал шажок, потом другой. Пошел вверх по тропинке, ведущей на небольшой холм. Когда Милон поднялся на холм, когда передохнул, вытер пот со лба, то уже привычно поднял теленка, взвалил на плечи и отправился в обратный путь.

 Вот такую «физзарядку» придумал для себя Милон. И каждый день проделывал ее, все время удлиняя и удлиняя путь по холмам.

 Шли дни. Недели. Месяцы. Рос теленок. Рос и Милон. Становился сильнее и сильнее. Однажды оказалось, что он запросто может поднять молодого быка.

 Зрители на древнегреческом стадионе стоя приветствовали Милона – самого сильного человека их времени.

- Как вы думаете, чему учат нас эти притчи?

Правильно – человеку необходимо закалять свой организм спортом, и он будет здоров и счастлив!

(3 ученик зачитывает стихотворные строки)

Для спорта нет границ и расстояний!

Понятен он народам всей Земли,

Он всей планеты нашей достоянье!

Спорт дарит счастье дружбы и любви!

-Наш классный час посвящен олимпийским играм. А кто из вас может дать определение - что такое Олимпийские игры? (крупнейшие международные комплексные спортивные соревнования, которые проводятся каждые четыре года).

-А теперь давайте проверим, что вы знаете об Олимпийских играх.

* Назовите родину Олимпийских игр. (Древняя Греция, Олимпия)
* Когда и где состоялись первые Олимпийские игры современности? (1896 г., Афины)
* Как звали французского общественного деятеля, который в конце 19 в. возродил Олимпийские игры? (Пьером де Кубертеном).
* Что является символом Олимпийских игр и что он означает? (Пять переплетенных колец – синее, черное, красное, желтое и зеленое, которые символизируют единство спортсменов пяти континентов)
* Назовите олимпийский девиз. (Быстрее, Выше, Сильнее)
* Назовите Олимпийские ценности. (Дружба, Совершенство, Уважение)
* Какая международная организация создана для возрождения Олимпийских игр и пропагандирования Олимпийского движения? (Международный Олимпийский Комитет, сокращенно - МОК).
* Когда и отмечается Международный Олимпийский день? Почему именно в этот день? (23 июня, так как 23 июня 1894 года был основан МОК).
* Как выбирается город, в котором будут проходить очередные Олимпийские игры? (Город, где пройдут очередные Олимпийские игры, определяется на специальной сессии МОК за 7 лет до даты проведения соответствующих Игр. Город выбирается из нескольких городов-кандидатов, подавших для этого официальные заявки. Определение происходит путем прямого тайного голосования членами МОК, кроме представителей стран-кандидатов и президента МОК).

·                    Как вы думаете, в какой стране и в каком городе Олимпийские игры проходили наибольшее число раз? (Наибольшее число раз Олимпийские игры проходили в США — 8 раз (4 раза — летние и 4 раза — зимние). Среди городов лидерство по количеству Олимпиад держит Лондон — 3 раза).

·                    Когда и где город Сочи был объявлен местом проведения XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских игр 2014 года? (4 июля 2007 г. Гватемала)

Перечислите талисманы Олимпийских и Паралимпийских зимних игр в городе Сочи. (Белый Мишка, Зайка, Леопард; Лучик и Снежинка)

·                    Что вы знаете о талисманах Олимпийских игр? (Каждые Олимпийские  игры имеют свои талисманы. Медвежонок Миша «Олимпиады-80», пекинские веселые талисманы в виде рыбки, панды, антилопы, ласточки и олимпийского огонька – это то, что видит и запоминает весь мир. Талисманы способствуют повышению интереса и привлечению внимания к конкретным Играм. Традиция олимпийских талисманов зародилась еще в 1972 году на Играх в Мюнхене. Чаще всего организаторы Игр объявляют официальными талисманами две фигурки. Талисманы Игр в Ванкувере – вымышленные существа Мига, Суми, Куатчи, чьи образы синтезированы из национальных мифов. В Лондоне талисманами стали две стальные капли Уэнлок и Мандевилл.

·                    Какой язык, помимо английского, является официальным языком МОК? (французский)

·                    Сколько стран приняли участие в первых современных Олимпийских играх? (14).

·                    В каком году прошла Олимпиада в СССР? (1980).

·                    Летом 2012 года, где проходили летние олимпийские игры? (Лондон).

- Молодцы! Вы очень многое знает об истории и развитии олимпийских игр. И после нашего обсуждения, я надеюсь, еще сильнее пополнили свой багаж знаний.

- Скажите мне, пожалуйста, а слышали ли вы когда-нибудь о Паралимпийских играх? Какова их специфика?

Паралимпийские игры - международные спортивные соревнования для инвалидов (кроме инвалидов по слуху). Традиционно проводятся после главных Олимпийских игр, а начиная с 1988 — на тех же спортивных объектах; в 2001 эта практика закреплена соглашением между МОК и Международным паралимпийским комитетом (МПК). Летние паралимпийские игры проводятся с 1960, а зимние паралимпийские игры — с 1976.

(4 ученик зачитывает)

 Возникновение видов спорта, в которых могут участвовать инвалиды, связывают с именем английского нейрохирурга Людвига Гутмана, который, преодолевая вековые стереотипы по отношению к людям с физическими недостатками, ввёл спорт в процесс реабилитации больных с повреждениями спинного мозга. Он на практике доказал, что спорт для людей с физическими недостатками создаёт условия для успешной жизнедеятельности, восстанавливает психическое равновесие, позволяет вернуться к полноценной жизни независимо от физических недостатков, укрепляет физическую силу, необходимую для того, чтобы управляться с инвалидной коляской.

- Среди паралимпийцев есть яркие личности, которых стоило бы знать. Давайте познакомимся с некоторыми из них. (видео/слайды)

Ребята смотрят небольшой фильм о российских паралимпийцах: Ивана Прокофьева, Дмитрия Кокарева, Олесю Владыкину.

Небольшая викторина по паралимпийским играм.

·                    Когда и где состоялись первые Паралимпийские игры? (1960 г., Рим)

·                    Что является символом Паралимпийских игр и что он означает? (Три «агитоса», которые символизируют разум, тело и несломленный дух)

·                    Назовите паралимпийский девиз. (Дух в движении)

·                    Назовите Паралимпийские ценности. (Смелость, Равенство, Решимость, Вдохновение)

·                    Кто является основателем Паралимпийских игр? (Людвиг Гуттман – врач-нейрохирург).

·                    Проходили ли когда – нибудь в России Паралимпийские игры? (нет, первый раз в 2014 г).

Ну что же, а теперь поговорим об **Олимпийском движении**:

Олимпийское движение представляет собой жизненную философию, возвышающую и объединяющую в единое целое достоинства тела, воли и разума. Соединяя спорт с культурой и образованием, Олимпизм стремится к созданию образа жизни, основанного на радости от усилия, на воспитательной ценности хорошего примера и на уважении к всеобщим основным этическим принципам. Вершиной Олимпизма является объединение спортсменов мира на великом спортивном празднике — Олимпийских играх. Каждый человек должен иметь право заниматься спортом без какой-либо дискриминации (по отношению к стране или лицу по расовым, религиозным, политическим, половым или иным мотивам) и в Олимпийском духе, что требует взаимопонимания, духа дружбы, солидарности и честной игры. Организация и руководство спортом должны контролироваться независимыми спортивными организациями.

Целью Олимпизма является становление спорта на службу гармоничного развития человека, чтобы способствовать созданию мирного общества, заботящегося о сохранении человеческого достоинства.

Олимпийское движение пропагандирует среди населения следующие ценности – это совершенство, дружба и уважение.

Совершенство – полная самоотдача, как на спортивной арене, так и в жизни, борьба за достижение поставленных целей, преодоление себя.

Дружба – одна из основных человеческих ценностей. Спорт помогает найти взаимопонимание между людьми и целыми народами, а дружба в команде помогает достичь лучшего результата, чем простая сумма всех усилий.

Уважение – это уважение к себе, своему телу, уважение к другим,  к окружающей среде. В спорте уважение – это соблюдение правил, средство борьбы против использования допинга и других злоупотреблений. Уважение к сопернику исключает использование неспортивных средств достижения цели.

**Практическая часть**

А теперь давайте разделимся на команды. У всех участников каждой команды есть три флажка: синий, красный и белый. Синий флажок отвечает за такую ценность, как совершенство, красный – дружбу, а белый – за уважение. Задача: послушать описание каждой ситуации учителем, догадаться, о какой ценности идет речи, поднять флажок и назвать эту ценность.

·                    Какая ценность подразумевает не только наше отношение к себе и людям, но и к окружающей среде, к природе? (уважение)

·                    Когда в 1936 году на Играх в нацистской Германии немецкий легкоатлет Лутц Лонг преодолел расовые предрассудки и обрел настоящего друга – чернокожего чемпиона Джесси Оуэнса, он продемонстрировал… (дружба)

·                    Какое качество помогло легкоатлету Джосиа Тугване, бывшему уборщику, оставить за спиной бедность и неграмотность и принести своей стране первую золотую медаль в марафоне на Играх 1996 года? (стремление к совершенству)

·                    Когда выходят атлеты всех стран на церемонии открытия и закрытия Олимпийских игр, они демонстрируют…(дружба)

·                    Какое качество помогло легендарному вратарю трех победных олимпийских турниров 1972, 1976 и 1984 годов Владиславу Третьяку войти в Зал хоккейной славы в Торонто? (стремление к совершенству)

·                    Какое качество проявил в 2001 году знаменитый велосипедист Лэнс Армстронг: заметив падение своего ближайшего соперника Яна Ульриха, Армстронг остановился и подождал, пока тот снова вошел в гонку? Важно отметить, что двумя годами позже Ульрих ответил Армстронгу тем же. (дружба)

·                    К чему нужно стремиться, чтобы стать величайшим борцом греко-римского стиля XX века как Александр Карелин? (стремление к совершенству).

 **Вывод.**

Самое главное, ребята, никогда не опускать руки и верить в себя. Спорт помогает нам не только сохранить здоровье, но и приобрести очень нужные для успешной жизни качества: трудолюбие, упорство, решительность, умение работать в команде, поддерживать товарищей. Кроме того, спорт – это друзья, интересные события, путешествия и новые впечатления.

Олимпиада – оДно из важнейших достижений человечества. Она объединяет весь мир. Идея Пьера де Кубертена использовать олимпийские игры, чтобы спасти человечество от распрей и разрушительных войн, актуальна сегодня как никогда.

Наша страна подготовила замечательных спортсменов, которые достойно выступают на Олимпийских играх.

Не будем забывать о том, что люди, страдающие физическими недостатками, тоже имеют возможность участвовать в соревнованиях и добиваться хороших результатов, несмотря ни на что. Мы гордимся нашими спортсменами, что участвуют в паралимпийских играх и желаем им заслуженных побед.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении спортивного праздника**

**«От норм ГТО к Олимпийским медалям»»**

**1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

**Настоящее положение определяет проведение спортивного праздника среди воспитанников детских домов Киселёвского городского округа.**

**Основными целями и задачами мероприятия являются:**

**- способствовать развитию олимпийского образования, усилению пропаганды идеалов и принципов Олимпизма, гуманистического потенциала спорта;**

- формировать у детей и подростков мотивацию к занятиям физической культурой и спортом через приобщение к выполнению нормативов ВФСК ГТО;

- формировать у детей и подростков соответствующие умения, навыки, способность ведения честной спортивной борьбы;

**2. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ**

 Общее руководство подготовкой и проведением спортивного праздника осуществляется МБУ ДО ДЮСШ (директор О.Г. Стебнева).

**3. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

Спортивный праздник проводится \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ года в МБУ ДО ДЮСШ (ул. Ленина, 35).

Торжественное открытие \_\_\_\_\_\_\_ ч

**4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

В спортивном празднике принимают участие воспитанники детских домов Киселёвского городского округа, имеющие медицинский допуск.

**5. ПРОГРАММА**

Программа спортивного праздника включает ***презентацию «Олимпийский урок»***, конкурс «Олимпийские забавы» и соревнования по легкой атлетике.

***Сдача нормативов ВФСК ГТО***. Место проведения - спортивный зал.

***Соревнования по легкой атлетике***. Соревнования проводятся по правилам ВФЛА, место проведения - беговой коридор. Программа соревнований: бег 60 метров. Возрастные группы:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**6. НАГРАЖДЕНИЕ**

Победители и призеры спортивного праздника награждаются грамотами МБУ ДО ДЮСШ, все участники награждаются сладким призом.

**7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ**

**И ЗРИТЕЛЕЙ**

Соревнования проводятся в соответствии с Правилами обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. N 353.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении открытого турнира по мини-футболу на снегу**

**среди юношей 2002-2003 гг. р. «Снежные поля России»,**

**посвященное Чемпионату мира по футболу-2018**

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧ**

 - привлечение детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом

* + популяризация футбола в городе;
	+ выявление сильнейших игроков и команд.
1. **РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ.**

Общее руководство подготовкой и проведением турнира осуществляется МБУ ДО ДЮСШ. Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию МБУ ДО ДЮСШ. Гл. судья соревнований\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ.**

Турнир проводится \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ г. на футбольном поле МБОУ «ООШ №3». Начало турнира в \_\_\_\_\_\_\_ час. О расписании игр будет сообщено дополнительно в информационном письме, после жеребьевки с представителями команд.

1. **УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.**

К соревнованиям допускаются команды ДЮСШ общеобразовательных учреждений, детского дома «Гвоздика» и детского дома «Радуга» (2002-2003 гг.р. юноши), имеющие медицинский допуск врача.

Представители должны иметь :

- именную медицинскую заявку, заверенную врачом ВФД,

- приказ о командировании команды, заверенный руководителем учреждения.

Состав команды: 10 человек (6 в поле, 1 вратарь). Соревнования проводятся на снегу.

1. **ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ.**

# Соревнования проводятся в соответствии с Правилами обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. N 353.

1. **СИСТЕМА РОЗЫГРЫША**

Система розыгрыша соревнований определится после подтверждения команд об участии в данных соревнованиях на судейской коллегии совместно с представителями команд. Заседание судейской коллегии (жеребьевка) состоится \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ в \_\_\_\_\_\_\_ч. в МБУ ДО ДЮСШ (Ленина, 35).

1. **ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЯ**

- матч проводится в 2 тайма по 12 минут;

- количество замен неограниченно;

- турнир проводятся по правилам  игры в футбол, без определения положения «вне игры»;

- за некорректное поведение во время матча по отношению к соперникам или арбитру следует удаление до конца матча;

- игрок, получивший красную карточку, удаляется до конца матча, с правом замены через две минуты или до пропущенного его командой гола, и дисквалифицируется на следующую игру.

1. **НАГРАЖДЕНИЕ.**

Победители, призеры и лучшие игроки турнира награждаются грамотами МБУ ДО ДЮСШ.

1. **ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ.**

Данное положение является официальным вызовом на соревнования.

Подтверждение участия в соревнованиях направить на электронный адрес: sportschoolga@mail.ru в срок \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ**

**Спортивные эстафеты с элементами волейбола**

Звучит музыка

**Ведущий**: Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые товарищи взрослые. Мы рады приветствовать Вас в этом светлом, красивом спортивном зале. Отгадайте, пожалуйста, загадку:

Любого ударишь –

Он злится и плачет.

А этого стукнешь –

От радости скачет!

Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Бросишь снова, мчится вскачь,

Ну, конечно – это…. (мяч)

Сегодня я Вам предлагаю совершить увлекательное путешествие в «Созвездие волшебных мячей» и узнать, кто из Вас «Быстрее, выше, сильнее».

Мы звездное пространство должны преодолеть

Чтобы к заветной цели скорей нам прилететь.

Но сначала я предлагаю нам с Вами познакомиться.

*Команды на местах придумывают названия экипажей. Представление экипажей*

А сейчас давайте сделаем так, на счет 1,2,3 все девочки громко назовут свои имена, а затем на счет 1,2,3 все мальчики назовут свои имена. Итак, 1,2,3….

Молодцы!

**Ведущий**: Чтобы добраться до созвездия нам надо построить ракету. И сегодня вы будете своей силой, быстротой, сноровкой и умением собирать материал для строительства ракеты. За выполнение каждого задания команды будут получать жетоны-пазлы, из которых будет построен наш космический транспорт.

Итак первое задание. Мы должны запастись космическим топливом,

1 эстафета. Заправка топливных баков. (10 чел.)

Каждый игрок команды добегает до обруча, в которой лежит бумага, сминает бумагу в комок и кидает полученный бумажный шарик в корзину, стоящую в двух метрах от черты, затем бежит обратно и передаёт эстафету следующему участнику команды. И так каждый участник должен бросить свой шарик, пытаясь попасть в корзину.

*(Победившая команда получает 4 жетона-пазла, вторая – 3, третья – 2. четвертая -* 1)

**Ведущий**: Ну вот топливные баки заполнены, можем взлетать (музыка)

Чтобы к созвездию нам прилететь

Надо препятствия преодолеть.

Метеориты на нашем пути,

Их нам никак нельзя обойти.

**Ведущий**: Что это? На нашем пути гора метеоритов. Ребята нам надо разобрать этот завал, чтобы продолжить путь.

2 эстафета «Разбор метеоритного завала» (10 чел.)

Первый участник по сигналу бежит до обруча, в котором лежат 2 мяча, берет их и бежит обратно, передает мячи следующему участнику, который относит мячи обратно в обруч, а обратно бежит налегке, передает эстафету следующему участнику. Остальные участники выполняют то же задание.

*Вручение жетонов-пазлов командам*.

**Ведущий:** Ну что же, молодцы!

Тогда отгадайте вторую загадку

Летит мячик через сетку,

Забить стараются все гол.

И ловким нужно быть и метким

В игре с названьем… (волейбол)

**Ведущий:** Правильно, волейбол. Ведь это игра, где мяч отбивают через сетку, которая натянута вдоль всей спортивной площадки.

**Ведущий:** ребята, давайте посмотрим, как можно научиться владеть волейбольным мячом на созвездии «Волшебных мячей»

*(Показательное выступление волейболистов)*

**Ведущий:** Понравилось, ребята! Давайте и мы покажем как умеем владеть волшебными мячами. А для этого нам надо выполнить следующее задание

3 эстафета. Капитаны стоят лицом к колоннам своих команд и без остановки, по сигналу, начинают выполнять передачи на свои команды. Выполнив передачу капитану, игрок перемещается в конец строя. Побеждает команда, первая справившаяся с заданием.

*Вручение жетонов-пазлов командам*

**Ведущий**. Ну что же мы все ближе к своей заветной цели. Нам надо пройти через космический тоннель и мы окажемся в созвездии «Волшебных мячей».

Помощники покажут вам как это сделать, ведь они бывалые космические путешественники.

4 эстафета «Космический тоннель»

Дети стоят в колоннах. По сигналу первые участники начинают передачу мячей над головой. Последний игрок в команде с мячом в руках пробегает вдоль колонны и встает на первое место. Эстафета продолжается пока первый игрок не встанет на свое место.

*Вручение жетонов-пазлов командам.*

Ведущий: В космическом пространстве, как известно, все предметы теряют свой вес и становятся очень легкими, просто воздушными. И сейчас вы должны преодолеть невесомость, чтобы попасть в заветное созвездие.

5 эстафета. «Невесомость» (Игра на вылет).

Команды (20 чел) становятся в шеренгу напротив друг друга на расстоянии 2 м. от центральной линии площадки. По сигналу команды начинают бросать шарики на сторону соперников. Задача команд – отбивая шарики, добиться, чтобы на их территории было как можно меньше шариков. (1 мин.)

*Вручение жетонов-пазлов командам*

**Ведущий**: Молодцы ребята. Вы прошли все препятствия и собрали достаточно материала, чтобы построить ракету.

Ведущий предлагает командам из пазлов сложить ракету и лететь на ней в созвездие

*(ребята при помощи взрослых складывают ракету из пазлов)*

Ведущий: Ну вот ребята, ракета собрана – полетели.

*(все становятся в круг, берутся за руки, приседают, затем потихоньку поднимаются, держась за руки и в конце высоко подпрыгивают)*

Ведущий*:* Итак, уважаемые юные спортсмены, вот мы и достигли созвездия волшебных мячей, где опытные наставники – ваши тренеры обучат Вас прекрасной игре – волейболу.

Вед. Пусть этот день запомнит каждый,

Задор его с собой возьмет.

Со спортом кто подружится однажды,

Сквозь годы эту дружбу пронесет.

Желаем вам мы крепкого здоровья,

Успехов в замечательном пути!

Но есть одно важнейшее условие.

Вы к нам еще не раз должны прийти.

Обещаете!!? До свидания, до новых встреч!

**Эстафеты**

1 эстафета. Заправка топливных баков. (10 чел.)

Первый игрок команды добегает до обруча, в котором лежит бумага, сминает лист бумаги и кидает полученный бумажный шарик в корзину, стоящую в двух метрах от обруча, затем бежит обратно и передаёт эстафету следующему участнику команды. И так каждый участник должен бросить свой шарик, пытаясь попасть в корзину.

2 эстафета «Разбор метеоритного завала» (10 чел.)

Первый участник по сигналу бежит до обруча, в котором лежат 2 мяча, берет их и бежит обратно, передает мячи следующему участнику, который относит мячи обратно в обруч, а обратно бежит налегке, передает эстафету следующему участнику. Остальные участники выполняют то же задание.

3 эстафета. «Космическая пыль» (10 чел.)

Капитаны стоят лицом к колоннам своих команд и без остановки, по сигналу, начинают выполнять передачи на свои команды. Выполнив передачу капитану, игрок перемещается в конец строя. Побеждает команда, первая справившаяся с заданием.

4 эстафета «Космический тоннель» (10 чел.)

Дети стоят в колоннах. По сигналу первые участники начинают передачу мячей над головой. Последний игрок в команде с мячом в руках пробегает вдоль колонны и встает на первое место. Эстафета продолжается пока первый игрок не встанет на свое место.

Вручение звезды победившей команде.

5 эстафета «Невесомость». Игра на вылет (20 чел.)

Команды становятся в шеренгу напротив друг друга на расстоянии 2 м. от центральной линии площадки. По сигналу команды начинают бросать воздушные шарики на сторону соперников. Задача команд – отбивая шарики, добиться, чтобы на их территории их осталось как можно меньше . (30 сек.)

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении соревнований по лёгкой атлетике**

**для воспитанников детских домов «Радуга» и «Гвоздика» рамках фестиваля спорта «Равнение на Победу!»**

**1.ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

Соревнования проводятся с целью:

* популяризации и развития легкой атлетики;
* пропаганды здорового образа жизни;
* выявление сильнейших спортсменов;
* установление дружеских отношений,
* патриотического воспитания.

**2. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ**

Соревнования проводятся \_\_\_\_\_\_\_года на стадионе «Шахтёр».

Парад открытия соревнований в \_\_\_ часов. Начало соревнований в \_\_\_\_ часов.

**3.РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ**

Общее руководство проведением соревнований осуществляет управление образования Киселёвского городского округа.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на главную судейскую коллегию МБУ ДО ДЮСШ г. Киселевска. Гл. судья соревнований – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ**

К участию в соревнованиях допускаются воспитанники сиротских учреждений по группам:

1 группа – 2008 и мл. г.р. (мальчики, девочки);

2 группа – 2006-07 г.р. (мальчики, девочки).

3 группа- -2004-05 г.р. (мальчики, девочки).

4 группа – 2002-03 г.р. (мальчики, девочки)

5 группа – 2001 и ст. (юноши и девушки)

Медицинские заявки принимаются в день соревнований.

**5. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ**

**Спринтерские забеги на 60 м., 300 м, 600 м.**

**Участники соревнований имеют право выступать в двух видах программы.**

**6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И ПРИЗЕРОВ СОРЕВНОВАНИЙ**

Победители и призеры соревнований определяются в личном первенстве согласно правилам судейства соревнований по легкой атлетике по группам среди мальчиков и девочек.

**7. НАГРАЖДЕНИЕ**

Участники соревнований, занявшие 1-3 место награждаются грамотами МБУ ДО ДЮСШ.

**8.ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ СОРЕВНОВАНИЙ.**

Соревнования проводятся в соответствии с Правилами обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 г. N 353.

**ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

1.Приказ Минобрнауки России от 29.08.13. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

2.Указ Президента РФ от.01.06.2012г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы»

3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

4. Твой олимпийский учебник: Учебн. пособие для учреждений образования России. – 7-е изд., В.С.Родиченко и др. – М.: Физкультура и спорт, 2003г.

5. Прибышенко М.Н.и др. Спортивные праздники круглый год [Текст]/ Прибышенко М.Н –. Москва: издательский центр «МарТ», 2005г.

6. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать [Текст]/ Н.Г. Озолин. – М.: Изд-во «Астрель», 2002. – 863 с.

7.Травин Ю.Г. Организация и методика занятий легкой атлетикой с детьми, подростками, юношами и девушками. - М., 1995.

8. Филин, В.П. Теория и методика юношеского спорта [Текст]/ В.П. Филин. – М., 1987. – 84 с.

9. Фурманов, А.Г. Подготовка волейболистов [Текст]/ А.Г. Фурманов.- Минск: МЕТ, 2007.– 329 с.