



Методическое пособие

«ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа №21 им. А.П. Сальникова
пос. Звезда муниципального образования
Ленинградский район

Методическое пособие
«ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ
НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА»

Составитель: Порхоменко А.А., учитель физической культуры МБОУ ООШ № 21

Рецензент: Е.П.Карпенко, методист МКУ ДПО ЦРО

КОПИЯ
ВЕРНА

Директор *Т.С. Зубенко*



ст. Ленинградская
2022г

Пояснительная записка

В общей системе всестороннего развития человека физическое воспитание ребенка занимает значительное место. В школьном возрасте закладываются основы здоровья, физического развития, развития двигательных навыков, создаются основы для воспитания физических качеств. Психофизические качества важны для укрепления здоровья, физического улучшения состояния детей, контроля широкого спектра движений.

По мнению специалистов в области физического воспитания детей школьного возраста, гармоничное развитие умственных и физических качеств играет решающую роль.

Игра является одним из наиболее важных способов физического воспитания детей школьного возраста. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. Разнообразие движений и действий детей во время игры эффективно влияют на активность сердечно-сосудистых и дыхательных систем, способствуют укреплению нервной системы, улучшению общего обмена веществ, повышению активности всех органов и систем организма человека, стимулируют аппетит, повышают активность организма и уровень сна.

Физическое развитие направлено на охрану и укрепление физического и психического здоровья школьников, в том числе их эмоционального благополучия, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности. Подвижные игры, построенные на движениях, требующих увеличения затрат энергии (бег, прыжки и т. д.), улучшают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка, способствуют созданию у детей радостного настроения. Активные движения повышают устойчивость ребенка к болезням, вызывая мобилизацию средств защиты организма, улучшают питание тканей, формируют скелет, правильную осанку и иммунитет к болезням.

Актуальность подвижных игр заключается еще и в том, что кроме компонента «двигательная активность», они содержат в себе не менее значимый компонент «игровое взаимодействие», являющимся неотъемлемой частью современной системы образования. Во время эстафетной игры дети совершенствуют свои движения, развивают такие качества, как инициативность и независимость, уверенность и настойчивость.

Особое внимание уделяется использованию подвижных игр и эстафет на свежем воздухе. При проведении их на открытом воздухе дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Многократное повторение элементов подвижных игр и эстафет в условиях большого пространства в теплое и холодное время года способствует более прочному закреплению двигательных умений и навыков и развитию физических качеств, укреплению мышечной системы.

Проведение игр-эстафет на открытом воздухе обеспечивает выполнение одной из важных задач физического воспитания –

Директор *Д.К. Г.С. Зубенко*

совершенствование функциональных систем, повышение выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды и, как следствие, закаливание организма ребенка.

Цель методического пособия - систематизировать физкультурно-оздоровительные мероприятия на свежем воздухе.

Задачи:

- 1) классифицировать физкультурно-оздоровительные мероприятия по времени года;
- 2) классифицировать физкультурно-оздоровительные мероприятия по возрасту.

В данное методическое пособие включены сценарии физкультурно-оздоровительных мероприятий на свежем воздухе с учетом времени года, возраста школьников. Многие праздники можно включать в календарно-тематическое планирование как итоговые мероприятия, а также при планировании части, формируемой участниками образовательных отношений основной образовательной программы.

Методическое пособие предназначено для учителей и инструкторов по физической культуре, классных руководителей, а также родителей.

КОПИЯ
ВЕРНА

Директор  Л. С. Зубова

№ 51

«20» 11 2022 г.

РЕЦЕНЗИЯ
на методическую разработку
«Физкультурно-оздоровительные мероприятия
на свежем воздухе для детей
младшего школьного возраста»
учителя МБОУ ООШ N21
Порхоменко Александра Александровича

Методическая разработка «Физкультурно-оздоровительные мероприятия на свежем воздухе для детей младшего школьного возраста» составлена методически верно, логично и последовательно.

В представленной пояснительной записке описаны актуальность, цель и задачи методических материалов, участники и предполагаемые результаты для детей, родителей и педагогов. Чётко прослеживается интеграция содержания различных образовательных областей в разных видах деятельности.

В данное методическое пособие включены сценарии физкультурно-оздоровительных мероприятий на свежем воздухе с учетом времени года, возраста школьников. Многие праздники можно включать в календарно-тематическое планирование как итоговые мероприятия, а также при планировании части, формируемой участниками образовательных отношений основной образовательной программы.

Игровые задания методически продуманы и направлены на укрепление командного духа и доброжелательных отношений внутри детского коллектива, объединенного общими задачами.

Структура и этапы спортивных мероприятий методически верны и логичны. В результате в полном объеме достигнуты цели, выполнены поставленные задачи, реализованы виды детской деятельности.

Предлагаемый материал интересен для практиков, предлагается интеграция различных видов деятельности: продуктивной, игровой, двигательной.

Структура методической разработки соответствует требованиям к методическим разработкам и может быть применена учителями физической культуры в практической деятельности.

Методист МКУ ДПО ЦРО

Директор МКУ ДПО ЦРО



Е.П.Карпенко

Е.С.Ивасенко



**Методическая разработка
игры
оздоровительной
направленности
«Спортивный квест»**

основная общеобразовательная школа №21 им. А.П. Сальникова
пос. Звезда муниципального образования
Ленинградский район

Методическая разработка игры оздоровительной направленности «Спортивный квест»

Составитель: Порхоменко А.А., учитель физической культуры МБОУ
ООШ № 21

Рецензент: Карпенко Е.П., методист МКУ ДПО ЦРО



ст. Ленинградская
2023г.

Пояснительная записка

В данной методической разработке представлена методика проведения воспитательного мероприятия, направленного на формирование культуры здоровья.

Важной составляющей для всей нации всегда есть и будет фактор здоровьесбережения, улучшение состояния физического и духовно-нравственного здоровья и как следствие качественное повышение уровня жизни.

Методическая разработка определяет значимость воспитания молодежи в стремлении к общественно-полезной и созидательной деятельности, в развитии здравоохранения, физкультурно-спортивного движения, популяризации и распространении здорового образа жизни.

Тема данного мероприятия является актуальной в настоящее время и связана с проблемами здоровья подростков в возрасте 13-15 лет. Методическая разработка и ее осуществление позволяют поддерживать концепцию увеличения популярности спорта и здорового образа жизни среди подростков. Они активно участвуют в различных проектах, которые направлены на поддержание мотивации к занятиям спортом и здоровому образу жизни, используя современные информационные и инновационные технологии.

Мероприятие призвано способствовать формированию у детей осознанного отношения к своему здоровью и активному образу жизни.

Цель мероприятия: стимулирование детей к развитию осознанного интереса к здоровому образу жизни.

Задачи:

- способствовать развитию у обучающихся положительного отношения к своему физическому и психическому состоянию;
- обучить подростков принимать осмысленные решения о своих поступках и поведении, которые способствуют поддержанию и укреплению здоровья;
- помочь обучающимся развить способность осознанно выбирать действия и поведение, способствующие сохранению и укреплению их здоровья;
- сформировать заинтересованность и желание заниматься физическими упражнениями самостоятельно, осознанно применяя их для активного отдыха, тренировки, повышения эффективности работы и укрепления физического состояния.

Форма проведения: спортивный квест.

Такая форма работы позволяет:

- заинтересовать обучающихся;
- детально отработать материал;
- мотивировать на победу;
- предоставляет шанс каждому участнику проявить свои способности в соревнованиях и продемонстрировать свою силу воли;
- позволяет каждому участнику выразить себя в соревнованиях и продемонстрировать свою моральную силу;
- открывает возможность для каждого участника проявить себя в состязаниях и доказать свои внутренние качества;

КОПИЯ
ВЕРНА



Директор *М.С. Зубако*

- даёт шанс каждому участнику показать свои моральные и волевые достоинства в соревнованиях;
- использовать приобретенные умения в повседневной жизни;
- использовать полученные навыки для облегчения повседневных задач.

В данной разработке подчеркнута важность и влияние здорового образа жизни. Мероприятие предназначено для учителей старших классов и педагогов дополнительного образования, которым необходима помощь в организации и проведении воспитательных спортивных мероприятий.

КОПИЯ
ВЕРНА



Директор ИО М.С. Зубович

№ 37

«26» 09 2023г.

РЕЦЕНЗИЯ
на методическую разработку
игры оздоровительной направленности
«Спортивный квест»
учителя МБОУ ООШ N21
Порхоменко Александра Александровича

Методическая разработка игры оздоровительной направленности «Спортивный квест» составлена методически верно, логично и последовательно.

В данной методической разработке представлена методика проведения воспитательного мероприятия, направленного на формирование культуры здорового образа жизни.

В представленной пояснительной записке описаны актуальность, цель и задачи методической разработки, участники и предполагаемые результаты для детей, родителей и педагогов.

Методическая разработка определяет значимость воспитания молодежи в стремлении к общественно-полезной и созидательной деятельности, в развитии физкультурно-спортивного движения, популяризации и распространении здорового образа жизни.

Тема данного мероприятия является актуальной в настоящее время и связана с проблемами здоровья подростков в возрасте 13-15 лет. Методическая разработка и ее осуществление позволяют поддерживать концепцию увеличения популярности спорта среди подростков.

Мероприятие призвано способствовать формированию у детей осознанного отношения к своему здоровью и активному образу жизни. Форма проведения - спортивный квест позволяет заинтересовать обучающихся, детально отработать материал, мотивировать на победу.

Структура и этапы игры методически верны и логичны. В результате в полном объеме достигнуты цели, выполнены поставленные задачи, реализованы виды детской деятельности.

Структура методической разработки соответствует требованиям к методическим разработкам и может быть применена учителями физической культуры в практической деятельности.

Методист МКУ ДПО ЦРО

Директор МКУ ДПО ЦРО



Е.П.Карпенко

О.В.Аринцева

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231500002789

Регистрационный номер №

17781/22

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Порхоменко Александр Александрович

с « 24 » июня 2022 г. по « 02 » июля 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации и

ГБОУ ИРО Краснодарского края

по теме: «Реализация требований обновленных ФГОС НОО»

ФГОС ООО в работе учителя»

в объеме: 36 часов

За время обучения след(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Нормативное и методическое обеспечение внеурочной образовательной деятельности ФГОС ООО	13 часов	Зачтено
Внеурочное образовательное ФГОС НОО, ФГОС ООО в предметном обучении	23 часа	Зачтено

Приним(а) стажировку в (на)

Исполняя работу на тему:

М.П.

Ректор

Секретарь

Т.А. Гайдук

М.А. Гордеева

Город Краснодар

Дата выдачи 02 июля 2022 года

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Настоящее удостоверение выдано

**Пархоменко
Александр**
(фамилия, имя, отчество)

Александровичу

в том, что он (а) с **17** мая 2023 г. по **26** мая 2023 г.

прошел (а) обучение в (на) **Обществе с ограниченной**

(наименование)

ответственностью «**Центр дополнительного образования**»

(образовательного учреждения (образовательного подразделения))

Удостоверение является документом
о повышении квалификации

231201429558

по программе дополнительного профессионального образования

повышения квалификации

"**Деятельность классного руководителя в классах**

казахской направленности в условиях реализации

ФГОС и регионального компонента"

в объеме **36** часов

(количество часов)



М.В. Абракелян-Льгачак
М.В. Абракелян-Льгачак
Директор

М.А. Федотова
М.А. Федотова
Секретарь

Регистрационный номер

133

Город

Краснодар

год

2023



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ ОБРАЗОВАНИЯ
И РАЗВИТИЯ КВАЛИФИКАЦИЙ»

Межрегиональный методический центр
по финансовой грамотности системы общего и среднего
профессионального образования Краснодарского края

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

Регистрационный номер 20/Кр-07-23-ФГ от 25.08.2023 года

Порхоменко Александру Александровичу

в том, что он(а) с «7» августа по «25» августа 2023 года
прошел(ла) обучение по дополнительной профессиональной программе
повышения квалификации
(72 академических часа):

«Содержание и методика преподавания курса
финансовой грамотности различным категориям
обучающихся»

Заместитель руководителя
Межрегионального методического центра
по финансовой грамотности СО и СПО



Директор
В. С. Зубов

О.И. Елистратова

КРАСНОДАР

ООО "Учитель-Инфо"



УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

6100000860/Э

Документ о квалификации

Регистрационный номер

30102023-273

Город
Азов

Дата выдачи
30 октября 2023 года

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что
Порхоменко Александрович

в период с 19 октября 2023 г. по 30 октября 2023 г.

прошел(а) обучение в
ООО "Учитель-Инфо"

по дополнительной профессиональной программе
"Единая система профориентационной работы в
образовательных организациях с 1 сентября 2023 года"

в объёме 36 часов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 011584А50231А784974467СВВ01ЕВ0803F
Владелец: СВЕТЛОВ МАКСИМ ЕВГЕНЬЕВИЧ
Действителен: с 17.10.2022 до 17.01.2024

Руководитель

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

УДОСТОВЕРЕНИЕ № АЕ 512273

Порхоменко
Александр
Александрович

НАГРАЖДЕН(А)
ЗОЛОТЫМ ЗНАКОМ ОТЛИЧИЯ
ВСЕРОССИЙСКОГО
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО)
VII СТУПЕНИ

Приказ от 09 марта 2021 № 22 Н1



Матвеев О.В. Матвеев

09.03.2021



За патриотическое
воспитание подрастающего
поколения



ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
"АССОЦИАЦИЯ ВЕТЕРАНОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ
ОВД и ВВ РОССИИ"

Удостоверение

Порхоменко

Александр

Александрович

Награжден(а) памятной медалью

За патриотическое
воспитание подрастающего
поколения

Председатель Совета
Краснодарского краевого отделения
Общероссийской общественной организации
"Ассоциация ветеранов боевых действий
ОВД и ВВ России"

С. В. Ильин

1 июля 2021 года



БЛАГОДАРНОСТЬ

ВРУЧАЕТСЯ

ПОРХОМЕНКО

Александрю Александровичу

за добросовестный труд, неоценимый личный вклад в развитие поселения, активную работу по решению вопросов местного значения, желание и умение быть полезным людям и в честь празднования Дня Первомайского сельского поселения

Глава Первомайского сельского поселения Ленинградского района



М.А.Коровайный

05.08.2022г.



ГРАМОТА

ГЛАВЫ
ПЕРВОМАЙСКОГО СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ
ЛЕНИНГРАДСКОГО РАЙОНА

**Порхоменко
Александр Александровичу**

*за многолетний добросовестный труд,
активную работу по решению вопросов
местного значения, личный вклад в
воспитание подрастающего поколения и в
честь празднования Дня Первомайского
сельского поселения*

*Глава Первомайского
сельского поселения
Ленинградского района*

М.А.Коровайный



Распоряжение
от 05.07.2023 г.
№15-р





Администрация муниципального образования
Ленинградский район

ГРАМОТА

награждается

Порхоменко Александр Александрович,

*учитель физической культуры
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
основной общеобразовательной школы № 21 имени А.П.Сальникова
пос. Звезда муниципального образования Ленинградский район*

***за высокий профессионализм и компетентность,
целеустремленность и кропотливый труд,
и в честь Года педагога и наставника***

Заместитель главы
муниципального образования
Ленинградский район



Ю.И.Мазурова



ГОД ПЕДАГОГА
И НАСТАВНИКА