

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ АПШЕРОНСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №9

Принята на заседании
Педагогического совета МБОУ ООШ №9
от «_____» августа 2023 года
Протокол № _____

Утверждаю
Директор МБОУ ООШ №9
_____ Т.Н. Куценко
«___» _____ 2023 года

«Подвижные игры»

дополнительная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности

для учащихся 7-10 лет

на 2023-2024 учебный год

срок реализации 1 год

Составитель:

Муратова Карина Аведисовна

учитель физической культуры

первой категория

Содержание

№	Наименование	Стр.
	Паспорт программы	2
	Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи программы	7
1.3.	Содержание программы	7
1.4.	Планируемые результаты	11
	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Календарный учебный график	13
2.2.	Условия реализации программы	15
2.3.	Формы аттестации	15
2.4.	Оценочные материалы	15
2.5.	Методические материалы	16
2.6.	Список литературы	17

Паспорт программы

Наименование муниципалитета	Муниципальное образование Апшеронский район
Наименование организации	МБОУООШ №9
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	
Полное наименование программы	
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	
ФИО автора (составителя) программы	Муратова Карина Аведисовна
Краткое описание программы	
Форма обучения	Очная форма обучения
Уровень содержания	
Продолжительность освоения (объём)	36 часов
Возрастная категория	1-10 лет
Цель программы	
Задачи программы	<i>Образовательные (предметные):</i> <i>Личностные:</i> <i>Метапредметные:</i>
Ожидаемые результаты	<i>Предметные результаты:</i> <i>Личностные результаты:</i> <i>Метапредметные результаты:</i>
Особые условия	

(доступность для детей с ОВЗ)	
Возможность реализации в сетевой форме	в
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	с
Материально-техническая база	

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры» Программа разработана в соответствии с положениями следующих законодательных и нормативных актов Российской Федерации: Федеральный закон № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказ Министерства образования и науки РФ № 196 от 09.11.2018 г «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844)

Направленность Программы

Направленность программы «Подвижные игры» - имеет физкультурно-спортивную направленность. Данная программа реализуется в МОУ СШ №9 и служит для организации деятельности младших школьников в рамках дополнительного образования

Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность программы

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. Они включают в себя разнообразные упражнения, требующие проявления внимания, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Играя, дети учатся проявлять инициативу, быстро ориентироваться происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Они помогут восполнить недостаток движения, а также в конкретной обстановке и принимать оптимальное решение. При этом у них формируются такие качества как целеустремлённость, настойчивость др. В процессе игры помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учебы. Игры помогают бороться с монотонностью, возникающей в учебном процессе. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма. Они включают в себя разнообразные упражнения, требующие проявления внимания, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Играя, дети учатся проявлять инициативу, быстро ориентироваться в конкретной обстановке и принимать оптимальное решение. Подвижные игры развивают у учеников ловкость, внимание и воображение. При этом у них формируются такие качества, как целеустремлённость, настойчивость и др. Игры учат сплоченности, взаимовыручке. В игровую деятельность, как правило, включено большое количество играющих, что включает в себя постоянное общение со сверстниками, а значит, создает благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Педагогическая целесообразность

Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания, личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Основная задача педагога заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно.

Отличительные особенности

Отличительная особенность программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий разделов программы. Комплексы предложенных общеразвивающих упражнений согласуются с базовыми видами спорта: гимнастика и легкая атлетика, основы баскетбола и волейбола при воспитании разносторонне развитой личности. Немаловажно, что в содержании программы учтены социокультурные потребности детей, сотрудничество с родителями, контроль и самоконтроль здоровья обучающихся.

Адресат программы

Программа рассчитана на учащихся младшего школьного возраста (7 – 10 лет). Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Уровень программы, объем и сроки реализации

Уровень программы: ознакомительный.

Объем: 36 часа

Сроки реализации программы: 2023-2024 уч.г.

Форма обучения. Режим занятий

Форма обучения: очная

Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 40 минут. Программа и план обучения свободно варьируются в рамках возрастных категорий и физической подготовленности обучающихся. Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Особенности образовательного процесса

Занятия групповые, виды занятий по программе - практические занятия, соревнования и эстафеты.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы

Развитие личности ребёнка, способного к самовыражению через игровую деятельность.

Задачи программы

Образовательные (предметные):

1. Познакомить детей с играми народов мира, пополнить знания об истории и культуре народных игр мира.
2. Научить детей играть самостоятельно в подвижные игры с учётом
3. техники безопасности.
4. Расширить словарный запас обучающихся.

Личностные:

1. Развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции и так же эмоционально-чувственную сферу.
2. Развивать самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.

Метапредметные:

1. Воспитывать любовь к Родине, уважение к культуре других народов, ценностное отношение к народным играм как культурному наследию;
2. Воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, культуру игрового общения, честность, скромность.
3. Формировать у детей систему нравственных общечеловеческих ценностей, проявлять положительные качества личности.
4. Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся

1.3 Содержание программы

№	Название темы, раздел	Кол- во часов		практик а	Формы аттестации, контроля
		всег о	теори я		
1.	Вводное занятие.	1	1	0	опрос
2.	Игры для развития меткости при метании в цель	3	0	3	Опрос, соревнование, эстафета
3.	Игры для обучения и закрепления бросания и ловли мяча	5	1	4	Опрос, соревнование эстафета
4.	Игры для закрепления техники прыжков	3	1	2	Опрос, соревнование эстафета
5.	Игры для развития быстроты и координации движений	5	1	4	Опрос, соревнование эстафета
6.	Игры для совершенствования правильной осанки и навыков равновесия (сохранения устойчивости)	3	0	3	Опрос, соревнование эстафета
7.	Игры для закрепления навыков лазания, перелезание	3	1	2	Опрос, соревнование эстафета

Учебный план.

8.	Игры для развития умений выполнять подражательные движения	2	1	1	Опрос, соревнование Эстафета
9.	Интеллектуальная игра «Шахматы»	4	0	4	Опрос, соревнование эстафета
10.	Игры для совершенствования физических качеств	6	1	5	Опрос, соревнование эстафета
11.	Итоговое занятия	1	1	0	Опрос
	Всего:	36	8	28	

Содержание учебного плана

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: правила техники безопасности в спортивном зале. Основные требования к занятиям. Ознакомление с требованиями к спортивной форме. Название спортивного инвентаря и безопасное его использование.

Тема 2. Игры для развития меткости при метании в цель.

Теория: основные правила при метании. Техника метания мяча.

Практика: подготовительные движения: развитие подвижности плечевых суставов, укрепление мышц плечевого пояса и локтевых суставов. Принятия правильного исходного положения для метания. Упражнения для развития ловкости кисти. Игры: «Метко в цель», «Попади в обруч», "Охотники и утки".

Тема 3. Игры для обучения и закрепления в бросании и ловли мяча.

Теория: правила техники безопасности при выполнении бросков и ловли мяча. Основные правила при бросках и ловли мяча. Название игр с мячом. Иметь представление об играх с мячом.

Практика: ловля и передача мяча. Передачи мяча в парах. Ведение мяча. Упражнение с мячами. «Школа мяча.» , "Мяч соседу", эстафеты с мячом.

Тема 4. Игры для закрепления техники прыжков.

Теория: правила при выполнении прыжков. Правила техники безопасности при выполнении прыжков. Виды спорта.

Практика: подготовительные упражнения для развития мышц разгибателей стопы. Маховые движения. Различные прыжки на двух и одной ноге на месте и с продвижением вперед. Техника подпрыгиваний. Упражнения с скакалками. Игры: «Прыгающие воробушки», «Удочка», эстафеты.

Тема 5. Игры для развития быстроты и координации движений.

Теория: правила техники безопасности при беге. Техника бега. Основные правила при беге.

Практика: бег трусцой. Бег с последующим ускорением. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с высокого старта. Игры: «К своим флажкам», «Пустое место», «Воробьи, вороны». "Вызов номеров"

Тема 6. Игры для совершенствования правильной осанки и навыков равновесия.

Теория: что такое осанка. Какое влияние оказывает осанка на организм человека. Значение утренней гимнастики.

Практика: упражнения в равновесии. Упражнения по скамейкам. Упражнения с гимнастическими палками. Танцевальные движения. Шаги аэробики. Игры: «Ходьба по начерченной линии». « Кто лучше!»

Тема 7. Игры для закрепления навыков лазанья и перелезания.

Теория: техника безопасности при выполнении упражнений. Спортивная, художественная гимнастика.

Практика: упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке. Эстафеты с лазанием и подлезанием.

Тема 8. Игры для развития умения выполнять подражательные движения.

Теория: олимпийские игры. История возникновения. Зимние и летние виды спорта.

Практика: развитие творческих способностей. Развитие умений изображать различные предметы. «Море волнуется раз...», «Совушка», "Изобрази зимние виды спорта".

Тема 9. Интеллектуальная игра «Шахматы»

Теория: Правила игры в шахматы.

Практика: развитие навыков игры в шахматы

Тема 10. Игры для совершенствования физических качеств.

Теория: правила безопасности при выполнении упражнений.

Практика: развитие физических качеств. Проведение полосы препятствий.

Тема 11. Итоговое занятие.

Теория: подведение итогов года.

1.4. Планируемые результаты.

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонами образца;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате обучения учащиеся должны знать:

1. о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
2. о режиме дня и личной гигиене;
3. об истории и культуре подвижных игр;
4. о соблюдении правил игры.

Уметь:

1. выполнять комплексы упражнений;
2. самостоятельно проводить разминку;
3. организовано играть в подвижные игры.

Предметные результаты:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал для занятий ;
- спортивный инвентарь (мячи , стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки);
- обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме и обуви.

Информационное обеспечение:

- использование интернет ресурса;
- работа с сайтом образовательной организации .

Кадровое обеспечение

Программа рассчитана на преподавателя, владеющего знаниями по педагогике, психологии и методикой проведения занятий по подвижным играм.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

2.1 Календарный учебный график обучения

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1		Инструкция по ТБ. Введение	1			Спорт.зал	
2		«Салки» Эстафеты.	1			Спорт.зал	
3		«Догони меня» Подвижные игры. Эстафеты	1			Спорт.зал	
4		«Вызов номеров»	1			Спорт.зал	

5	«День и ночь» Подвижные игры. Эстафета по кругу.	1			Спорт.зал	
6	«Волк во рву»	1			Спорт.зал	
7	«Горелки»	1			Спорт.зал	
8	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	1			Спорт.зал	
9	«Удочка», «Аисты»	1			Спорт.зал	
10	«Не намочи ног».	1			Спорт.зал	
11	«Охотники и утки» Подвижные игры. Эстафеты.	1			Спорт.зал	
12	«Пчёлки». Подвижные игры.	1			Спорт.зал	
13	«Пятнашки», «Кот и мыши». Подвижные игры. Эстафеты.	1			Спорт.зал	
14	«Вышибалы». Игры по выбору. Эстафеты.	1			Спорт.зал	
15	«Пустое место» Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении.	1			Спорт.зал	
16	«Совушка» Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками	1			Спорт.зал	
17	«Подвижная цель» Эстафета с мячами, скакалками	1			Спорт.зал	
18	«Попади в цель». Игры на улице, по выбору	1			Спорт.зал	
19	«Два мороза»	1			Спорт.зал	
20	«Белые медведи»	1			Спорт.зал	
21	«Охотники и утки»	1			Спорт.зал	
22	«Казачьи разбойники»	1			Спорт.зал	
23	«Рыбаки и рыбки» Самостоятельные игры.	1			Спорт.зал	
24	«Бросай - беги »	1			Спорт.зал	
25	«Сокол и мыши» Самостоятельные игры.	1			Спорт.зал	
26	«Быстрая передача».	1			Спорт.зал	

27		«Мяч среднему», «Мяч соседу»	1			Спорт.зал	
28		«Зайцы в огороде».	1			Спорт.зал	
29		«Подвижная цель».	1			Спорт.зал	
30		«Зайцы, сторож и Жучка»	1			Спорт.зал	
31		Правила игры в шахматы.	1			Шахматный класс	
32		Правила игры в шахматы.	1			Шахматный класс	
33		Шахматные игры	1			Шахматный класс	
34		Шахматные игры	1			Шахматный класс	
35		Шахматные игры	1			Шахматный класс	
36		Веселые старты	1			Спорт. зал	

2.2 Условия реализации программы

✓ Материально-техническое обеспечение:

Мячи, обручи, конусы, скакалки, маты, скамейки, секундомер

✓ Информационное обеспечение:

✓ Кадровое обеспечение:

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование по направлению подготовки «Образования», обладающий профессиональными знаниями, умениями и навыками в области обучения подвижные игры.

2.3 Формы аттестации

Формы аттестации: опрос, соревнования, эстафеты.

2.4 Оценочные материалы

Диагностика обучающихся осуществляется в конце 1 полугодия и 2 полугодия по двум показателям:

Теоретическая подготовка (знания игр по темам программы):

1. *Устный опрос* проводится с целью выявления предметных знаний о играх в начале учебного года , а также в течении года по темам программы.
2. *Тестирование* проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

- Низкий уровень (1балл)- ребёнок не справляется с тестированием т.е правильных ответов не более чем 1-2 вопросов теста, его объём знаний по программе менее чем $\frac{1}{2}$.
- Средний уровень (2балла)- ребёнок ответил на 3-4 вопроса, его объём знаний по программе составляет более $\frac{1}{2}$.
- Высокий уровень(3балла)- ребёнок справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов значит освоен практически весь объём знаний по программе.

Практическая подготовка

1. *Наблюдение* осуществляется в течении всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.
2. *Самостоятельное проведение игр* проводится в конце 1 полугодия как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.
3. *Праздник* – проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по пройденному курсу программы.

- Низкий уровень (1балл)- ребёнок не может самостоятельно провести игру т.к. не может объяснит содержание и правила игры или отказывается проводить игру
- Средний уровень (2балла)- ребёнок проводит самостоятельно игру , используя алгоритм проведения игр и помощь педагога, т.к затрудняется в объяснениях содержания и правил игры
- Высокий уровень (3балла)- ребёнок без замечания, без помощи педагога самостоятельно проводит игру, используя алгоритм проведения игр, считалки, вовлекая всех ребят в игру

2.5 Методические материалы

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгруппах. Работа по программе предполагает проведение подвижных игр, эстафет и состязаний на площадках и в спортивном зале.

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Ведущими *методами* обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами - в целом и по частям
- игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

2.6 Список литературы

Список литературы для педагогов

1. В.И. Лях "Физическая культура". Издательство "Учитель" 2016.
2. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель» 2008.
3. П. А. Киселев »Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время». Планета. 2015.
4. Н. А. Федорова Подвижные игры. Экзамен. 2016.
5. А. Ю. Патрикеев Подвижные игры. Феникс. 2015.

Список литературы для обучающихся

1. Аманатиди О.В. Подвижные игры. Армавир, 2011.
2. Баршай В. М. Активные игры для детей : учебное пособие / В. М. Баршай. Ростов-на-Дону : Феникс, 2001.
3. Гаськов А.В., Мендот Э.Э.О., Жамц С. Педагогический потенциал народных подвижных игр в сельских дошкольных образовательных учреждениях // Вестник Бурятского государственного университета. 2012. № 13. С. 135-138.
4. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой: из опыта работы: пособие для воспитателя старших групп детского сада / В. Г. Гришин. 2-е изд.: испр. и доп. М.: Просвещение, 1982.
5. Детские подвижные игры / под ред. Е. В. Конеевой. Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.
6. Жуков М.Н. Подвижные игры: учебник. М.: Академия. 2002.

