

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Ангинская средняя общеобразовательная школа

«Рассмотрено» на заседании МО протокол № ____ от «__» _____ 2024 г. Руководитель МО _____/М.Ю. Щапова/	«Утверждаю» Директор МКОУ Ангинская СОШ _____/И.В. Щапова/ Приказ № ____ от «__» _____ 2024 г.
--	--

**Дополнительная
общеразвивающая программа
«Подвижные игры»**

Возраст детей: 6 – 10 лет
Срок реализации: 1 год
Направленность:
физкультурно - спортивная
Уровень: базовый

Разработана
Жоховым Михаилом Владимировичем
учителем физической культуры
высшей квалификационной категории

Анга – 2024

Пояснительная записка

Кружок «Подвижные игры»:

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» имеет **физкультурно-спортивную направленность** и предназначена для разновозрастных категорий учащихся, имеет различные уровни её освоения. Данная программа соответствует закону Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» и определяет содержание образования определенного уровня и направленности.

Актуальность программы:

- Развитие личностных качеств;
- Социализация ребёнка в обществе;
- Доступность для детей разного уровня развития и возможностей;
- Возможность развивать физические качества ребенка по выстроенной образовательной траектории.

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр в учебно – тренировочных группах.

В основе программы – подготовка, включающая в себя разнообразные, специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

1. Интеграция со смежными дисциплинами – историей, чтением, окружающим миром – значительно расширяет кругозор учащихся и способствует углублению знаний по предметам.
2. Ведущим в обучении является метод реализации потенциала участием в кроссах, в соревнованиях, в олимпиадах, конкурсах, и в других мероприятиях.
3. В работе с детьми применяется деятельный подход, который учит применять в быту навыки полученные во время выполнения физических упражнений, различных подвижных игр.

Отличительная особенность данной образовательной программы является увеличение объёма (количество часов) на изучение подвижных игр на период обучения в начальной школе.

Методическая особенность программы:

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в работе.

Педагогическая целесообразность:

Занятия построены на основных педагогических принципах:

- доступности (от простого - к сложному);
- межпредметных связей (занятия должны быть тесно связаны с уроками чтения, развития речи, математики, окружающего мира, истории);
- систематичности и последовательности;
- дифференцированного подхода к учащимся;
- гибкости и динамичности раздела в программе, обеспечивающего разностороннее развитие учащихся;
- учет региональных особенностей и национальных культурных традиций;
- учет требований гигиены и охраны труда;
- учет возможностей, интересов и способностей учащихся;
- принцип разнообразия форм обучения;
- принцип учёта индивидуальных особенностей учащихся.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве. Желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку и находчивость, волю, стремление к победе. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Цель данной программы – создание условий для физического развития детей, укрепление здоровья, физическое и личностное развитие обучающихся, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр

Задачи:

1. активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
2. развивать физические и личностные качества обучающихся, двигательные умения и навыки;
3. осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;
4. познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
5. формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
6. формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;
7. воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;
8. выявлять потенциально способных обучающихся для дальнейших занятий игровыми видами спорта;
9. обучить простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Каждое занятие, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теоретические сведения — это объяснение нового материала, информация познавательного характера, общие сведения.

Практические работы включают выполнение физических упражнений, подвижных игр, отчет о проделанной работе.

Учащиеся приобретают необходимые в жизни элементарные знания, умения и навыки.

В процессе занятий, накапливая практический опыт, обучающиеся от простых упражнений постепенно переходят к освоению сложных, применять знания и физические умения в изменяющихся условиях.

Условия реализации общеобразовательной программы.

Для успешной реализации данной программы необходимо соблюдать ряд условий:

- Помещение и спортивная площадка на улице должны удовлетворять требованиям техники безопасности.
- В помещении должно быть рационально установлено и размещено все необходимое для работы кружка оборудование.
- Стены помещения оформляются стендами. На них размещают постоянную экспозицию: правила поведения, инструкции по ТБ, сменную экспозицию: грамоты и фото.

Программа предназначена для учащихся 1 – 4 классов.

Особенности набора детей: учащиеся основной медицинской группы, желающие заниматься подвижными играми, нацеленные на здоровый образ жизни, прошедшие медицинский осмотр и по результатам осмотра допущенные к занятиям. По программе также могут заниматься дети с ограниченными возможностями здоровья (ЗПР и УО) не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.

Объем группы 15 – 30 человек, в целях безопасности необходимо деления учащихся на две группы 1 – 2 и 3 – 4 классы.

Объем программы. Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» рассчитана на 68 часа, один учебный год, по 2 часу в неделю. Все занятия по кружковой деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН. Реализация данной программы в рамках кружковой деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка, стадион.

Формы организации образовательного процесса. Занятия могут проводиться, как в очной, так и в дистанционной форме.

Применяемые методы и формы работы с обучающимися:

- образовательные методы:

- словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника и др.);
- наглядность упражнений (показ упражнений и др.);
- методы практических упражнений;
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;
- метод самореализации через творческие дела, участие в соревновательно-игровой деятельности.

- методы организации занятий:

- фронтальный;
- групповой;

- поточный.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

1. индивидуальная;
2. работа в парах;
3. групповая;
4. коллективная.

Формы проведения занятий:

1. путешествие;
2. конкурс,
3. занятие – игра;
4. спортивный калейдоскоп;
5. спортивный марафон;

Формы подведения итогов:

1. соревнования;
2. тестирование.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы кружковой деятельности

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 и предметные 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. организованно играть в подвижные игры.

Система оценки качества реализации образовательной программы.

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы «Подвижные игры», предполагает комплексный подход к оценке результатов, позволяющий вести оценку достижения обучающимися всех трех групп результатов: личностных, метапредметных и предметных.

1. Оценка личностных результатов представляет собой оценку достижения учащимися планируемых результатов в их личностном развитии. Основным объектом оценки личностных результатов служит сформированность УУД, включаемых в следующие три основных блока:
 - самоопределение - сформированность внутренней позиции учащегося – развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения;
 - смыслообразование – понимание границ того, «что я знаю», и того, «что я не знаю», «незнания» и стремление к преодолению этого разрыва;
 - морально-этическая ориентация – знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости.
2. Оценка метапредметных результатов представляет собой оценку достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы. Основным объектом оценки метапредметных результатов служит сформированность у учащихся регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, т.е. таких учебных действий, которые направлены на анализ своей познавательной активности и управление ею.
3. Объектом оценки предметных результатов служит в полном соответствии с требованиями Стандарта способность учащихся решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи.

К концу года у детей должна наблюдаться положительная динамика физической подготовленности, умение работать в группах, соблюдать правила игры.

Способы проверки результативности.

Программа предусматривает различные формы подведения итогов:

1. Личные достижения учащихся.
2. Спортивные соревнования.

Усвоение учащимися программного материала, отслеживаются в ходе проведения **следующих форм контролей:**

- предварительного: проводится тестирование физических данных учащихся;
- текущего: в конце каждого раздела разученных игр проводятся эстафеты, старты, соревнования на которых дети показывают полученные знания, физические умения по заданной теме. Дети оценивают результаты свои, товарищей, объясняют, что получается, а над чем ещё надо поработать. Главное – дети получают моральное и физическое удовлетворение оттого, что их успехи ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

- итогового: участие в спортивных соревнованиях.

Показателями качества воспитательной работы в объединении являются следующие критерии:

- уровень воспитанности обучающихся;
- микроклимат в детском объединении;
- взаимодействие с учителями, воспитателя группы продлённого дня, родителями.

Также объективными показателями влияния организованного педагогического процесса на личность учащихся будут качественные личностные изменения. Эти критерии исследуются методами опроса, педагогического наблюдения, беседы с родителями. А также самооценка себя ребенком.

Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется с помощью методов тестирования, опроса, педагогического наблюдения, создания педагогических ситуаций.

В рамках этой методики можно проанализировать следующие показатели:

1. Мотивацию к образовательной деятельности.
2. Отношения в коллективе.
3. Уровень физической активности.
4. Организаторские способности учащихся.
5. Сформированность культурно-гигиенических навыков и др.

Материально – техническое обеспечение программы:

Технические средства: музыкальный центр, интернет, ноутбук.

Экранно-звуковые пособия: аудиозаписи.

Оборудование спортзала:

1. Сетки волейбольные;
2. Стойки волейбольные;
3. Баскетбольные фермы;
4. Мячи волейбольные;
5. Мячи баскетбольные;
6. Мячи набивные;
7. Мячи теннисные;
8. Гимнастические скакалки;
9. Гимнастические стенки;
10. Гимнастические скамейки;
11. Гимнастические маты;
12. Кегли.

Площадки спортзала:

1. Волейбольная 9х18;
2. Баскетбольная 13х24.

Пришкольный стадион (площадка):

1. Площадка игровая футбольная;
2. Площадка игровая волейбольная.

Учебно-методическое обеспечение:

1. Рабочая программа курса.

2. Диагностический материал.
3. Разработки игр.

Содержание программы

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел:

Русские народные игры: «Медведь и купец», «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», «Два мороза».

Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Волк во рву», «Салки», «К своим флажкам», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», «Космонавты», «Зайцы в огороде», «Охотник», «Невод», «Курочки», «Ящерица», «Филин», «Переброс», «Перебежки с выручкой», «Змея», «Перестрелка», «Бросай далеко, собирай быстрее».

Игры на развитие памяти, внимания, воображения:

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», «Стоп», «Найди цвет, займи положение», «Класс смирно!», «Карлики и великаны», «Угадай чей голосок», «Минутка».

Учебный план

№ п/п	Содержание	Кол – во часов
Теоретический раздел		
1	Инструктаж по Т.Б.	1
2	Беседы по темам	В процессе занятий
3	Правила игр	В процессе занятий
Практический раздел		

1	Русские народные игры	6
2	Подвижные игры	50
3	Игры на развитие памяти, внимания, воображения	11
Итого 68 часов		

Календарный учебный график

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Теоретический	1 ч	+	+	+	+	+	+	+	+
Практический	7 ч	8 ч	8 ч	8 ч	6 ч	8 ч	6 ч	9 ч	7 ч
Всего	8 ч	8 ч	8 ч	8 ч	6 ч	8 ч	6 ч	9 ч	7 ч

+ - осуществляется в процессе занятия.

Календарно – тематическое планирование

№	Тема кружка	Количество часов	Дата	
			план	факт
1	Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. Игры по выбору.	1		
2	Игра «Медведь и купец»	1		
3	Игра «Запомни порядок»	1		
4	Игра «У медведя во бору»	1		
5	Игра «Художник»	1		
6	Игра «Кот и мышь»	1		
7	Игра «Все помню»	1		
8	Игра «Горелки»	1		
9	Игра «Море волнуется»	1		
10	Игра «Большой мяч»	1		
11	Игра «Запрещенное движение»	1		
12	Игра «Два мороза»	1		
13	Игра «Стоп»	1		
14	Игра «Мы веселые ребята»	1		
15	Игра «Мы веселые ребята»	1		
16	Игра «Найди цвет, займи положение»	1		
17	Игра «Волк во рву»	1		
18	Игра «Волк во рву»	1		
19	Игра «Класс смирно!»	1		
20	Игра «Салки»	1		
21	Игра «Салки»	1		
22	Игра «Карлики и великаны»	1		

23	Игра «К своим флажкам»	1		
24	Игра «К своим флажкам»	1		
25	Игра «Угадай чей голосок»	1		
26	Игра «Найди себе пару»	1		
27	Игра «Найди себе пару»	1		
28	Игра «Минутка»	1		
29	Игра «У ребят порядок строгий»	1		
30	Игра «У ребят порядок строгий»	1		
31	Игра «Кочка, дорожка, копна»	1		
32	Игра «Кочка, дорожка, копна»	1		
33	Игра «Охотники и утки»	1		
34	Игра «Охотники и утки»	1		
35	Игра «Метко в цель»	1		
36	Игра «Метко в цель»	1		
37	Игра «Шишки, желуди, орехи»	1		
38	Игра «Шишки, желуди, орехи»	1		
39	Игра «Совушка»	1		
40	Игра «Совушка»	1		
41	Игра «Удочка»	1		
42	Игра «Удочка»	1		
43	Игра «Перемена мест»	1		
44	Игра «Перемена мест»	1		
45	Игра «Космонавты»	1		
46	Игра «Космонавты»	1		
47	Игра «Зайцы в огороде»	1		

48	Игра «Зайцы в огороде»	1		
49	Игра «Охотник»	1		
50	Игра «Охотник»	1		
51	Игра «Невод»	1		
52	Игра «Невод»	1		
53	Игра «Курочки»	1		
54	Игра «Курочки»	1		
55	Игра «Ящерица»	1		
56	Игра «Ящерица»	1		
57	Игра «Филин»	1		
58	Игра «Филин»	1		
59	Игра «Переброс»	1		
60	Игра «Переброс»	1		
61	Игра «Перебежки с выручкой»	1		
62	Игра «Перебежки с выручкой»	1		
63	Игра «Змея»	1		
64	Игра «Змея»	1		
65	Игра «Перестрелка»	1		
66	Игра «Перестрелка»	1		
67	Игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	1		
68	Игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	1		

Список литературы

Учебники и пособия для реализации программы:

- 1.П.К. Киселев, С.Б. Киселева//Справочник учителя физической культуры/ / Волгоград, 2008 год;
- 2.В.И. Ковалько//Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход// 2 класс// М. 2008 год;
- 3.В.И. Ковалько//Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход// 3 класс// М. 2010 год;
- 4.В.И. Ковалько//Поурочные разработки по физкультуре. Игровой подход// 4 класс// М. 2011 год;
- 5.С.К. Кучкильдин //Гимнастика. Нестандартный подход // Библиотечка «Первое сентября» // Серия «Спорт в школе» №20 // М.2008 год;
- 6.А.П.Матвеев // Рабочие программы. Физическая культура. 1-4 классы. *ФГОСП* М.2011 год;
- 7.А.П.Матвеев // Академический школьный учебник. Физическая культура. 1 класс. *ФГОСП* М.2011 год,
- 8.А.П.Матвеев // Академический школьный учебник. Физическая культура. 2 класс. *ФГОСП* М.2012 год;
- 9.А.В.Маслюков // Развитие координационных способностей у школьников // Библиотечка «Первое сентября» // Серия «Спорт в школе» №21 // М.2008 год;
- 10.И.Б.Павлов, Н.В. Тулупчи // Строевые упражнения. Методика обучения строевым приемам // Библиотечка «Первое сентября» // Серия «Спорт в школе» №26 // М.2009 год;
- 11.Авт.сос. А.Ю.Патрикеев//Рабочие программы. Физическая культура. 1 класс *Новые стандарты: учимся работать*//Волгоград, 2011 год.

Для учителя:

- 1.«Воспитательная работа в начальной школе» - С.В. Кульневич, Т.П.Лакоценина, ТЦ «Учитель», Воронеж. 2006.
- 2.«Как себя вести» - В.Волина . «Дидактика плюс», Санкт- Петербург2004.
- 3.«Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры»- Мир Книги, Москва. 2003.
- 4.«Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва ,2000.
- 5.DVD «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.
- 6.Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. - М., 1990.
- 7.Васильков Г.А., От игр к спорту. - М., 198
- 8.Глязер С., Зимние игры и развлечения, - М., 1993.

9. Железняк М.Н., Спортивные игры. 2001.
10. Ю. Жуков М.Н., Подвижные игры. - М., 2000
11. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. - М., 1991
12. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. - М., 1986.
13. И.Осокина Т.И., Детские подвижные игры. - М., 1989.
14. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. - М., 1984.
15. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. - «Просвещение», Москва. 2009.
16. ФГОС Примерные программы начального образования. - «Просвещение», Москва, 2009.

Для обучающихся:

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

Для родителей:

1. Бердыхова Я. Мама, папа, занимайтесь со мной. / Пер. с чешс. М.: ФИЗ, 2010. 104 с.
2. Богданов Г.П., Козлов В.И. Занимайтесь всей семьей. М.: ФИС, 2015. 32с.
3. Бондаревский Е.Я. Родителям о физическом воспитании детей. М.: Знание, 2014. 48 с.
4. Жуков М.Н. Спортивные игры. М.: ЮНИТИ, 2010. 328с.
5. Скрипалев В.С. Наш семейный стадион. М.: ФИС, 2013. 98 с.