

Управление образования Собинского района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Березниковская основная общеобразовательная школа Собинского района

<p>«Согласовано» на заседании методического совета</p> <p>Протокол № <u>1</u> от « <u>27</u> » июня 2024г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ Березниковской ООШ <i>Ирина Николаевна Сидорова</i></p> <p>Приказ № <u>50</u> от « <u>27</u> » июня 2024 г. Принята на заседании педагогического совета Протокол №4 от <u>27</u> июня 2024</p>
--	---

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Подвижные игры»**

Направленность: физкультурно - спортивная

Возраст учащихся: 6,5-10 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень программы: ознакомительный

Разработчик программы:  
Гуреева Елена Леонидовна  
педагог дополнительного образования

2024г. с. Березники

## Содержание программы

<b>Содержание</b>	<b>3 стр.</b>
<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1. Пояснительная записка	3 стр.
1.2. Цель и задачи программы	6 стр.
1.3. Содержание программы	6 стр.
1.4. Планируемые результаты	11 стр.
<b>Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий</b>	
2.1. Календарный учебный график	12 стр.
2.2. Условия реализации программы	12 стр.
2.3. Формы аттестации,	13 стр.
2.4. Оценочные материалы	13 стр.
2.5. Методические материалы	14 стр.
2.6. Список использованной литературы	15 стр.

## **Раздел 1.Комплекс основных характеристик программы**

### **Пояснительная записка**

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

Данная программа реализуется в МБОУ Березниковской ООШ Собинского района и служит для организации деятельности школьников в рамках дополнительного образования. Программа составлена на основе программы дополнительного образования «Подвижные игры» Неласовой Л.П. 2021 г.

Данная программа разработана в соответствии с Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 г.(утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р), Уставом МБОУ Березниковская ООШ Собинского района, Положением о блоке дополнительного образования с соблюдением требований СанПин 2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

### **Актуальность программы**

Программа «Подвижные игры» в начальной школе является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развитие его разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений и навыков. В этом возрасте подвижные игры направлены на развития творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка

Многообразии двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентации в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействия с партнерами, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

### **Своевременность программы**

Подвижные игры являются одним из самых массовых и доступных средств физического воспитания детей, начиная с самого раннего возраста.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Подвижные игры, благодаря большому разнообразию их содержания игровой деятельности, всесторонне влияют на организм и его личность, способствуя решению важнейших педагогических задач школьного физического воспитания. Правильно подобранные подвижные игры вызывают положительную реакцию детского организма, хорошее самочувствие, бодрое жизнерадостное настроение. Подвижные игры

являются лучшим средством активного отдыха после напряжённых умственных занятий.

### **Отличительные особенности программы**

При проведении занятий можно выделить два направления:

- оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;
- повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями не только в спортзале, но и на открытом воздухе. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности обучающихся. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся младшего школьного возраста (6,5-10 лет). Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Наполняемость групп: оптимальная – 12 человек, допустимая – 15.

### **Объем и срок освоения программы**

Срок реализации программы – 1 год. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 36 часов

**Формы обучения** - очная.

**Особенности организации образовательного процесса:** разновозрастные группы постоянного состава.

**Режим занятий**

Занятия проводятся как в спортзале, так и на открытом воздухе - 1 час в неделю.

### **Цель и задачи программы**

**Цель** – развивать физические качества учащихся начальной школы через подвижные игры.

**Задачи программы:**

**Предметные:**

- ознакомить учащихся с различными видами подвижных игр;

**Личностные:**

- воспитывать чувства коллективизма, взаимоуважения и правильного общения со сверстниками;

**Метапредметные:**

- развитие у учащихся фантазии и творческого мышления, развивать ловкость, быстроту, реакцию, бег.
- формирование умения играть в паре, группе;
- активизировать двигательную деятельность детей.

**Содержание программы**

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН (год обучения)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всег	Теори	Практика	
1	Вводное занятие. Введение в программу.	1	1		Тест
2	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	2		2	Учебная игра

3	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	4		4	Учебная игра
4	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	2		2	Учебная игра. Педагогическое наблюдение
5	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	2		2	Учебная игра. Педагогическое наблюдение
6	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	4		4	Учебная игра. Педагогическое наблюдение
7	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	4		4	Учебная игра. Педагогическое наблюдение
8	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	11		11	Учебная игра. Педагогическое наблюдение

9	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель	2		2	Учебная игра. Педагогическое наблюдение
10	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	3		3	Учебная игра. Педагогическое наблюдение
11	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей	1		1	Учебная игра. Педагогическое наблюдение

### **Содержание учебного плана**

#### **Тема 1. Вводное занятие. Введение в программу. ( 1ч.)**

Возникновение и развитие подвижных игр. Народные игры, техника безопасности на занятиях. Правила поведения во время занятий, во время проведения различных подвижных игр. Режим дня и питания .Травмы. Причины возникновения травм.

#### **Тема 2. Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. (2 ч.)**

Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Быстрые шеренги», «Салки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

#### **Тема 3. Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей (4 ч.)**

Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта». Упражнение «Боксёры», «Пустое место»,



«Рыбы и рыбаки», «Лиса в курятнике», «Чехарда», «Коты и мыши» Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

**Тема 4.Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей (2ч.)**

Разучивание игры «Два мороза» ,«Коты и мыши». Эстафета прыжками.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

**Тема 5. Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей(2ч)**

Разучивание игры «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу.

Самостоятельные игры.

**Тема 6. Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.(4ч.)**

Разучивание игры «Горелки», «Волки во рву» Эстафета «Паровозик».

Соревнования по подвижным играм

Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Наперегонки парами».

Самостоятельные игры.

Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Ловишки-перебежки».

Самостоятельные игры.

**Тема 7. Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.(4ч.)**

Подвижные игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам», «Кенгурбол»

Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Самостоятельные игры.

Разучивание игры «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.

«Перетягивание каната».

### **Тема 8. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей (11ч.)**

Эстафета с переноской предметов.Разучивание игры «Не намочи ног».

Эстафета с переноской предметов.Разучивание игры «Перетягивание каната»

Разучивание игры «Береги предмет»

Разучивание игры «Кто первый через обруч к флажку?»

Разучивание игры «Пчёлки».Самостоятельные игры.

Разучивание игры «Пролезай-убегай». Самостоятельные игры.

«Пятнашки» «Кот и мыши».Игры по выбору.

День здоровья

«С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.

«Кто дольше не собьётся».Игры по выбору.

«Удочка». Игры по выбору.

### **Тема 9. Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (2ч.)**

Разучивание игры «Покати-догони». Весёлые старты.

Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.

### **Тема 10. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей (3ч.)**

Разучивание игры «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

Разучивание игры «Упасть не давай». Эстафета с мячами, скакалками.

### **Тема 11.Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.(2ч.)**

Весёлые старты.

## **Планируемые результаты**

К концу прохождения курса обучающиеся будут:

- Знать
- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением

игр; Уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх.

**Предметные:**

- учащиеся будут знать различные виды подвижных игр;

**Личностные:**

- в группе повысится уровень чувства коллективизма, взаимоуважения и правильного общения со сверстниками;

**Метапредметные:**

- у учащихся будет повышен уровень развития фантазии и творческого мышления, ловкости, быстроты, реакции, бега.

- у учащихся будет повышен уровень умения играть в паре, группе;
- у учащихся будет активизирована двигательная деятельность.

## **Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2023	31.05.2024	36	36	36	1 час в неделю

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

Требования к помещению(ям) для учебных занятий:

в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»). Помещение для организации учебного процесса соответствует санитарным нормам. Занятия проводятся в спортивном зале, который имеет твердое покрытие.

Требования к оборудованию учебного процесса: оборудование спортивного зала соответствует росту возрасту обучающихся и обеспечивает выполнение программы «Подвижные игры».

Инвентарь, используемый для проведения занятий:

- мячи баскетбольные,
- мячи волейбольные,
- мячи футбольные,
- флажки,

- кубики, кегли,
- гимнастические скамейки,
- обручи,
- канат.

### **Информационное обеспечение:**

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.

**Кадровое обеспечение:** Гуреева Елена Леонидовна, педагог дополнительного образования.

### **Формы аттестации**

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** протокол соревнований, видеозапись, отзыв детей и родителей.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** Праздник «День здоровья», соревнования.

### **Оценочные материалы**

Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется с помощью методов тестирования, анкетирования, опроса, наблюдения, сдачи нормативов.

Для отслеживания динамики освоения дополнительной общеобразовательной программы и анализа результатов образовательной деятельности разработан педагогический мониторинг. Мониторинг осуществляется в течение всего учебного года и включает первичную диагностику, а также промежуточную и итоговую аттестацию.

**Вводный контроль** (первичная диагностика) проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – собеседование, наблюдение, сдача нормативов.

**Текущий контроль** осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлена на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений.

**Итоговая аттестация** проводится в конце обучения при предъявлении ребенком (в доступной ему форме) результата обучения, предусмотренного программой.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- "День здоровья"

#### **Методические материалы**

**Особенности организации образовательного процесса: очно.**

**Методы обучения:** словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой.

**Методы воспитания:** убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

**Формы организации учебного занятия** - беседа, игра, конкурс, мастер-класс, наблюдение, праздник, практическое занятие, турнир, эстафета.

**Формы организации образовательного процесса:** групповая.

**Педагогические технологии:** технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология педагогической мастерской, здоровьесберегающая технология.

## **Алгоритм учебного занятия**

1. Организационный момент.
2. Актуализация знаний и умений.
3. Мотивация.
4. Целеполагание.
5. Организация восприятия.
6. Организация осмысления.
7. Первичная проверка понимания.
8. Организация первичного закрепления.
9. Анализ.
10. Рефлексия.

## **Список использованной литературы**

### *Литература для педагога*

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28  
«Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
4. Киселев П. А. «Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время». Планета. 2015.
5. Лях В.И. "Физическая культура". Издательство "Учитель" 2016.
6. Садыкова С.Л., Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство "Учитель" 2008.

7. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
8. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.

*Литература для детей и родителей*

1. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
2. Патрикеев А. Ю. Подвижные игры. Феникс. 2015.
3. Федорова Н. А. Подвижные игры. Экзамен. 2016.
4. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе – М., 1997.
5. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Под общей ред. проф. Шапковой Л.В. - М.: Советский спорт, 2002.