

Управление образования администрации муниципального образования
Ленинградский район

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная
общеобразовательная школа № 40 имени Н.Т. Воробьева станицы Ленинградской
муниципального образования Ленинградский район

Принята на заседании
педагогического совета
от « 22 » мая 2021 г.
Протокол № 6



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Подвижные игры»

(наименование программы)

Уровень реализации программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год: 42 ч.

Возрастная категория: 7– 10 лет

Состав группы: 25 чел.

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID- НОМЕР Программы в Навигаторе: 14758

Автор-составитель:
Федорова В.М., педагог
дополнительного
образования

ст. Ленинградская
2021 год

I. Пояснительная записка

Направленность программы физкультурно-спортивная. Программа носит образовательно-развивающий характер, направлена на развитие физических способностей учащихся.

Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а двигательная деятельность детей благотворно влияет на физические двигательные навыки и физические качества, на укрепление здоровья, повышая функциональную деятельность организма.

Физкультурные эстафеты и игры состязательного характера помогают детям закрепить основные движения и повысить двигательную активность.

Во время подвижных игр у детей совершенствуются движения, развиваются координационные способности. Они приучаются согласовывать свои действия и соблюдать определенные правила.

Актуальность данной программы заключена в том, что игра понятна и доступна. Поэтому, с помощью игры, в данном случае, подвижных игр, можно физически развивать ребенка.

Игровой метод дает возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявления самостоятельности и творчества. Игровые действия развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка. Наиболее активно этот метод используется для младших школьников, но им широко пользуются в работе также и со школьниками постарше.

По содержанию все подвижные игры выразительны и доступны ребенку. Они вызывают работу мысли, развитие кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, формирует и стимулирует переход детского организма к более высокой ступени развития.

Новизна данной программы состоит в том, что игры, проводимые на занятиях, подобраны с учетом последовательности и постепенности увеличения физических нагрузок, конкретизированные подвижные игры на основе преемственности к урокам физической культуры.

Педагогическая целесообразность:

Основной особенностью физического воспитания детей является игровая форма проведения физкультурных занятий. Она является одной из интересных и распространенных форм детской деятельности. Основное воспитательно-развивающее значение игровых занятий в том, что они служат естественной формой передачи детям необходимого объема знаний в области физической культуры.

В процессе игр дети совершают множество движений. При этом проявляется их быстрота реакции, ловкость, выносливость, смелость, решительность, находчивость и самостоятельность. Единство оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, многообразие

средств и методов, разнообразие форм организации физкультурных занятий - все это благоприятно сказывается на физическое воспитание детей.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности.

Начальная школа является первым звеном формирования личности ребенка, а потому очень важно в этот период заложить правильную основу развития и совершенствования всех его особенностей и черт характера. Подвижная игра — естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой, незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. Участвуя в подвижных играх и наслаждаясь движениями, дети приобретают привычку к здоровому образу жизни.

Отличительные особенности программы:

Предлагаемая программа составлена на основе примерной программы начального общего образования по физической культуре. Содержание игр и количество часов предлагаемых для каждого раздела программы подобраны с учетом целенаправленного развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков, изученных на уроках физической культуры.

Однако содержание и количество игр является примерным, и может меняться в зависимости от подготовленности учащихся и условий проведения занятий.

Адресат программы:

Пол: мужской и женский. Возраст учащихся в объединении от 7 до 10 лет. В объединение принимаются все желающие с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья — основной и подготовительной. Состав — разновозрастные. Количество учащихся в группе 25 человек.

Уровень реализации программы, объем сроки обучения

Объем программы: 42 ч.

Срок освоения программы: 1 год.

Уровень реализации — ознакомительный.

Продолжительность обучения 1 год в объеме 42 часа.

Форма обучения — очная.

Режим занятия — 1 раз в неделю по 1 часу.

Особенности организации образовательного процесса:

Состав группы — разновозрастной, постоянный. Занятия проводятся групповые. Виды занятий — теоретические и практические: соревнования, игры в командах, общефизическая подготовка.

II. Цель и задачи программы

Цель общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования:

- приобщение младших школьников к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом посредством подвижных игр;
- содействие всестороннему развитию личности младшего школьника посредством подвижных игр;
- развитие коммуникативных навыков и организаторских способностей;
- активный отдых.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить учащихся с видами подвижных игр;
- обучить правилам игр;
- дать учащимся теоретические знания по укреплению здоровья, улучшение осанки, содействие гармоническому физическому развитию, познакомить с правилами проведения соревнований.

Личностные:

- развивать двигательные умения и навыки, формировать опыт двигательной активности;
- способствовать формированию выдержки, критического отношения к себе и к сопернику;
- сформировать навыки овладения общеразвивающими и корригирующими упражнениями, умениями использовать их в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга.

Метапредметные:

- привить бережное отношение к окружающим, стремление к развитию личностных качеств;
- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств, самосовершенствования и самооценки.

Здоровьесберегающие:

- обеспечивать гигиенически оптимальные условия образовательного процесса для поддержания умственной работоспособности на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления;
- способствовать приобщению к самостоятельным занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности.

В ходе изучения данной программы у обучающихся идет освоение предметной компетенции, а также формирование умений участвовать в коллективной деятельности.

III. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях	1	1	-	
2.	Подвижные игры	19	1	18	
3.	Эстафеты, спортивные игры	6	1	5	
4.	Общеспортивная подготовка	11	1	10	
5.	Промежуточная аттестация	4	-	4	
6.	Итоговое занятие. Итоговая аттестация.	1	-	1	
	ИТОГО:	42	4	38	

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности

Теория: введение в программу. Знакомство с режимом работы. Техника безопасности. Стартовая диагностика.

Практика: тестовая работа.

Раздел 2. Подвижные игры

Теория: понятие подвижные игры. Виды подвижных игр.

Практика: закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве («Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты»). Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве («Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка»). Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей («Выбивной на весь зал», «Кто дальше бросит», «Точный расчёт», «Метко в цель»). Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча («Ручной мяч»). Закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве («Вызови по имени», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Игры с ведением мяча», «Мяч ловцу»). Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями («Борьба за мяч», «Перестрелка»).

Раздел 3. Эстафеты, спортивные игры

Теория: понятие эстафеты, виды.

Практика: соревнования по лёгкой атлетике «Шиповка юных». Соревнования по футболу. Соревнования по пионерболу. Соревнования «Веселые старты».

Раздел 4. Общефизическая подготовка

Теория: понятие ОФП. Функции ОФП.

Практика: Гимнастические упражнения. Упражнения на гимнастической стенке. Легкоатлетические упражнения. Совершенствование прыжка в длину с разбега. Бег с ускорением до 30м. Совершенствование техники высокого старта. Кросс по слабопересечённой местности 1500м. Челночный бег 3x10м. Кроссовая подготовка. Метание малого мяча в цель, расстояние 5-7м.

Раздел 5. Промежуточная аттестация

Диагностика двигательных умений, навыков по итогам 1, 2, 3, 4 четвертей.

Раздел 6. Итоговое занятие. Итоговая аттестация.

Диагностика знаний, умений и навыков по итогам года. Спортивные игры и эстафеты.

IV. Планируемые результаты

Предметные результаты освоения программы.

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий спортивными играми;
- правильно выполнять технические приемы спортивных игр, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Личностные результаты

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

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;
- 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;
- 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;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	план	факт						
1			Техника безопасности на занятиях. Подвижные игры.	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
2			«Весёлые старты». «Пустое место».	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
3			Контроль бег 60м, «Перестрелка»	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
4			Приём контрольных нормативов, «Белые медведи».	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
5			«Перестрелка», «Весёлые старты».	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
6			«Весёлые старты».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
7			«Весёлые старты».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
8			Совершенствование техники высокого старта. Игра «Два»	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация

			Мороза», «Весёлые старты».					аттестация
9			Кросс по слабопересечённой местности 1500 м, игра «Перестрелка», «Весёлые старты».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
10			ОФП, футбол, пионербол, игра «Запрещённое движение».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
11			Соревнования по пионерболу между учащимися 3-4 классов.	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
12			Челночный бег 3x10, игра «Волк во рву».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
13			Кроссовая подготовка, футбол, «Весёлые старты», «Волк во рву», «Удочка».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
14			Упражнения на гимнастической стенке, игра «День-ночь», «Пустое место», «Белые медведи».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
15			Совершенствование передачи мяча в движении, игра «Ручной мяч».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
16			Соревнования по «Весёлым стартам», «Волк во рву», «Удочка».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
17			«Вызови по имени», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Быстро и точно», Игры с ведением мяча «Мяч ловцу».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
18			«Вызови по имени», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Быстро и точно», Игры с ведением мяча «Мяч ловцу».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
19			Подготовка к районным соревнованиям по «Весёлым стартам», «Пустое место», «Белые медведи».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
20			Пионербол, товарищеская игра с командой 3 класса. «Волк во рву», «Удочка».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
21			Соревнования передачи мяча, броска в кольцо.	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
22			«Вызови по имени», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Быстро и точно», Игры с ведением мяча «Мяч ловцу».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
23			Метание мяча в цель. Ведение мяча.	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация

24			Кроссовая подготовка, футбол, «Весёлые старты», «Волк во рву», «Удочка».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
25			«Вызови по имени», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Быстро и точно», Игры с ведением мяча «Мяч ловцу».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
26			Соревнования по пионерболу между командами 3-4 классов.	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
27			Игра «Волк во рву», «Два мороза».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
28			«Весёлые старты», «Белые медведи», «Космонавты».	1		очная	Спортивный зал	Промежуточная аттестация
29			ОФП. Подвижные игры.	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
30			«Вызови по имени», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Быстро и точно», Игры с ведением мяча «Мяч ловцу».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
31			«Весёлые старты». Подвижные игры.	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
32			Совершенствование передачи мяча в движении игра «Ручной мяч».	1		очная	Спортивная площадка	Промежуточная аттестация
33			Кроссовая подготовка. «Весёлые старты»,	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая аттестация
34			Подготовка к районным соревнованиям по «Весёлым стартам».	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая аттестация
35			Соревнования по пионерболу.	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая аттестация
36			Подготовка к районным соревнованиям по «Весёлым стартам». Подвижные игры.	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая аттестация
37			Эстафеты с элементами лёгкой атлетики.	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая аттестация
38			Кроссовая подготовка. «Весёлые старты». Игры «Пустое место», «Белые медведи».	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая аттестация
39			Подготовка к районным соревнованиям по «Весёлым	1		очная	Спортивная площадка	Итоговая

			стартам». Подвижные игры.					аттестация
40			Эстафеты с элементами лёгкой атлетики.	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
41			Подготовка к районным соревнованиям по «Весёлым стартам». Игры «Волк во рву», «Удочка».	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика
42			Подготовка к районным соревнованиям по «Весёлым стартам». Подвижные игры.	1		очная	Спортивная площадка	Стартовая диагностика

V. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы:

- спортивная площадка.

Перечень оборудования, инструментов и материалов для реализации программы:

- мячи резиновые,
- мячи баскетбольные,
- мячи волейбольные,
- скакалки,
- кубики,
- кегли,
- гимнастические скамейки,
- гимнастические палки,
- конусы.

Спортивное оборудование соответствует росту и возрасту обучающихся и обеспечивает выполнение программы «Подвижные игры».

Информационное обеспечение: интернет-источники.

Кадровое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы: педагог дополнительного образования, занятый в реализации программы, имеет высшее педагогическое образование, прошедший медицинский осмотр, не имеющий ограничения допуска к педагогической деятельности.

VI. Формы аттестации

Сроки	Формы отслеживания	Объект отслеживания	Методы отслеживания
сентябрь	Стартовая диагностика	Наличие знаний, умений и навыков, предусмотренных программой на начало года.	Собеседование, наблюдение, проверка спортивных данных.
октябрь	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний,	Тестирование, эстафеты

Сроки	Формы отслеживания	Объект отслеживания	Методы отслеживания
		умений и навыков по итогам 1 четверти.	
декабрь	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 2 четверти.	Тестирование, практические задания.
март	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 3 четверти.	Тестирование, практические задания.
май	Промежуточная аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам 4 четверти.	Тестирование, практические задания.
май	Итоговая аттестация	Диагностика уровня сформированности знаний, умений и навыков по итогам года.	Спортивные эстафеты.

VII. Оценочные материалы

- Участие в школьных и муниципальных соревнованиях.
- Выполнение видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).

VIII. Методическое обеспечение

Методы обучения:

По внешним признакам деятельности педагога и учащихся:

Словесный – рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, задание, команда.

Наглядный – показ двигательного действия, рисунки мелом на полу, предметные пособия, звуковая сигнализация.

Практический – игры, соревнования, эстафеты.

По степени активности познавательной деятельности учащихся:

Объяснительно-иллюстративные - учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

Репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности, это учебно-тренировочные игры, а также участие учащихся в эстафетах, соревнованиях.

Методы воспитания: методы стимулирования и мотивации.

Особенностью младших школьников является их большое желание, интерес, познавательная активность, высокая эмоциональность во время занятий. Поэтому на занятиях четкая организация, разумная дисциплина,

основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений педагога, должна сочетаться с предоставлением им определенной свободы и самостоятельности действий, заданиями, стимулирующими творчество и инициативность.

Педагогические технологии:

- технологии объяснительно-иллюстративного обучения;
- личностно ориентированные технологии обучения;
- технологии развивающего обучения;
- игровые технологии;
- здоровье сберегающие технологии обучения.

Формы проведения занятий. Занятия проходят в игровой атмосфере. Большая часть занятия посвящена игре, где учащиеся применяют на практике полученные знания путем решения дидактических задач и игр, соревнований, и т.д.

Все применяемые формы работы с детьми можно систематизировать следующим образом:

- игра,
- практическое занятие,
- соревнования,
- эстафеты.

Меры предосторожности

- беспрекословно соблюдать установленный учителем порядок занятий и дисциплину;
- иметь необходимую спортивную обувь (кроссовки) и соответствующую одежду;
- шнуровать спортивную обувь туго, но удобно;
- аккуратно и бережно использовать спортивное оборудование и инвентарь;
- соблюдать личную гигиену, в том числе иметь аккуратную прическу (длинные волосы обязательно собирать в «пучок»);
- пользоваться оборудованием и инвентарем без разрешения учителя.

VIII. Список литературы

Педагогам:

1. Антропова М.В. Гигиенические требования к организации режима дня школьников. Волгоград: Учитель, 2004.
2. Борисенко А.Ф., Цвек С.Ф. Учебная работа по физической культуре в начальной школе.
3. Ильина Т.В., Ушакова М.В., Шинкевич И.Е. Педагогическое программирование в учреждении дополнительного образования. – Ярославль, 1996.
4. Короновский В.Н. и др. Физическое воспитание учащихся 1-4 классов. М: Просвещение, 2000.
5. Сборник инструктивно – методических материалов по физическому воспитанию: Пособие для учителя; В. П. Богословский, - М: Просвещение, 1994.

Детям:

6. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. организации М: Просвещение, 2020. (Школа России).
7. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. М: Просвещение 1984г.
8. Махкамджанов К. Физическое воспитание, учебное пособие для учащихся 1-4 классов, 2018 г.

Родителям:

9. Гужаловский А.А. Подвижные игры в режиме дня учащихся 1-4 классов.
10. Сборник инструктивно – методических материалов по физическому воспитанию: Пособие для учителя; В. П. Богословский, - М: Просвещение, 1994