

Отдел образования администрации
Клетского муниципального района Волгоградской области
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Захаровская
средняя школа»
Клетского муниципального района Волгоградской области
Переулоч Садовый 2, х.Захаров, Клетский район,
Волгоградская область
403550, Волгоградская область, Клетский район, х.Захаров, пер Садовый
д.2
ОКПО 480046922, ОГРН 1023405373441, ИННКПП 3412005589/341201001
Р.с. 03231643186220002900, кор. счет 40102810445370000021

Согласовано: Ст. Методист <i>Д.И. Харитонова</i> От «30» <i>08</i> 2023г	О.В. Дерюшкина 2023г	Утверждаю Директор МКОУ 253 Захаровская СШ <i>А.А. Харитонова</i> От «30» <i>08</i> 2023г
---	-------------------------	--



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры»

Возраст обучающихся: 8-10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор — составитель:

Крамаренко Марина Олеговна

х. Захаров, 2023 г.

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

-Направленность программы.

-Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» физкультурно-спортивной направленности носит практико-ориентированный характер. В процессе реализации программы у обучающихся формируются характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества; вырабатываются навыки сплоченности, товарищества, взаимовыручки. Игровой процесс включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Настоящая программа составлена с учётом основных нормативных документов.

Актуальность программы заключена в том, что игра понятна и доступна. Поэтому, с помощью игры, в данном случае, подвижных игр, мы можем 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.

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.

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 в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности. Немаловажно, что в содержании программы учтены социокультурные потребности детей, сотрудничество с родителями, контроль и самоконтроль здоровья обучающихся, личный опыт педагога.

Комплексы общеразвивающих упражнений согласуются с базовыми видами спорта: гимнастика и легкая атлетика, основы баскетбола и волейбола. Систематическая, хорошо организованная работа с широким использованием подвижных игр способствует воспитанию самостоятельности, умению организовывать игры без помощи взрослого, проявлять инициативу. Одновременно с воспитанием морально—волевых качеств личности в игре происходит активизация мыслительной деятельности ребёнка: тренируется внимание, уточняется имеющиеся представления. Понятия, развиваются воображения, память, сообразительность. Участие детей в игре учит ориентироваться в пространстве. Подвижные игры находят применение не только при обучении основным движениям, но и при совершенствовании навыков спортивных упражнений.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы от 8 до 9 лет. В объединение принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. **Уровень программы, объём и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.** Базовый уровень программы. Срок реализации программы: 1 год. Объём программы: 34ч

Форма обучения: очная.

Режим занятия. Программа "Подвижные игры" реализуется с сентября по май. Занятия проводятся 1 раза в неделю.

Особенности организации образовательного процесса: Состав группы постоянный. Занятия проводятся для всего класса. Наполняемость группы: 28 человек. Планируя игры и определяя их объём, учитываются:

- особенности состава воспитанников данного класса (возраст, пол, общая физическая подготовленность);
- условия проведения занятий (наличие и размер зала, площадки, наличие оборудования и инвентаря, природные и климатические условия, сезонность);
- основные учебно-воспитательные задачи и другие средства физического воспитания воспитанников данного класса.

Распределяя материал по урокам, учитываются основные дидактические принципы: систематичность, доступность, прочность.

Методы организации деятельности

- метод использования слова (рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, задание, команда);
- метод наглядного восприятия (показ двигательного действия, демонстрация наглядных пособий, рисунки мелом на полу, предметные пособия, звуковая сигнализация);
- практические методы (игры, соревнования, эстафеты).

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.

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.

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: приобщение к культуре здорового образа жизни, посредством освоения учащимися подвижных спортивных игр и способствуя формированию устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи программы:

Предметные

- : - сформировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;
- обучить разнообразным правилам подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности,

- освоить теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;

Метапредметные:

- развить физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;

- развить у учащихся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;

- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

- развить функциональные системы организма ребёнка;

- развить потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, укрепления здоровья;

- повысить физическую и умственную работоспособность школьника.

Личностные:

- воспитать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;

- воспитать дисциплинированность, доброжелательность по отношению друг к другу, честность;

- воспитать культуру общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Подвижные игры»

№ урока в году	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности ученика	Дата проведения урока	
			Планируемая дата	Фактическая дата
1. Игры с бегом (5 ч)				
1	1. Инструктаж по технике безопасности. Инструкция №016. Игры «Филин и пташки», «Круговые пятнашки».	<i>Познакомятся</i> с правилами на занятиях внеурочной деятельности «Подвижные игры», правилами безопасного поведения во время занятий на спортивной площадке и спортивном зале; правилами безопасной игры с бегом.	1.09.23г.	
2	2.Игра «Палочки – выручалочки».	<i>Узнают</i> правила игр с бегом, научатся в них играть, используя знания о технике бега, полученные на уроках физической культуры.	8.09.23г.	
3	3.Игра «Много троих, хватит двоих».	<i>Будут развивать</i> быстроту, выносливость, смекалку.	15.09.23г.	
4	4.Игра «Шишки, жёлуди, орехи».		22.09.23г.	
5	5.Игры «Дай руку», «Перебежки в парах».		29.09.23г.	
2. Игры с мячом (5 ч)				
6	1. Игра «Летучий мяч».		6.10.23г.	

7	2. Игра «Гонка мячей».	<p><i>Повторят</i> правила техники безопасности при игре с мячом. правилами безопасного поведения во время занятий на спортивной площадке и спортивном зале.</p> <p><i>Научатся</i> играть в подвижные игры с мячом, проявлять смекалку, находчивость для выполнения заданий.</p> <p><i>Будут развивать</i> координацию движений, ловкость, умение играть с мячом (бросать, ловить, подбрасывать, вести в движении и стоя на месте, давать пас).</p>	13.10.23г.	
8	3. Игра «Попади в цель».		20.10.23г.	
9	4. Игры «Стои!», «Пушбол».		27.10.23г.	
10	5. Игры «Мяч – соседу», «С двумя мячами навстречу».		10.11.23г.	
3. Игры с прыжками (5 ч)				
11	1. Игра «Кружилиха».	<p><i>Повторят</i> правила техники безопасности при игре с прыжками, правилами безопасного поведения во время занятий на спортивной площадке и спортивном зале.</p> <p><i>Научатся</i> играть в подвижные игры с прыжками, проявлять сноровку, развивать силу, ловкость, скоростно-силовые качества.</p> <p><i>Будут совершенствовать</i> технику прыжков в длину и в высоту, координацию движений, ловкость, проявлять умение в разнообразных способах решения задачи.</p>	17.11.23г.	
12	2. Игра «Скакалка-подсекалка».		24.11.23г.	
13	3. Игра «Придумай и покажи».		1.12.23г.	
14	4. Игра «Успей пробежать!»		8.12.23г.	
15	5. Игра «Под скакалкой на месте».		15.11.23г.	
4. Зимние забавы (5ч)				
16	1. Игра «Снежный тир».	<p><i>Повторят</i>, как нужно закаляться в зимнее время года; как правильно одеться зимой для занятий спортом; технику безопасности во время занятий на спортивной площадке зимой.</p> <p><i>Научатся</i> играть в подвижные игры на лыжах и санках, с лыжными палками и без них; организовывать и проводить подвижные игры, договариваясь о распределении ролей и совместной деятельности.</p> <p><i>Будут развивать</i> выносливость, ловкость, смелость во время подвижных игр; творчество и смекалку при лепке фигур из снега; глазомер и меткость во время игр «Снежный тир», «Осада снежной крепости», «Пионерский биатлон»</p>	22.12.23г.	
17	2. Игра «На санках с пересадкой».		29.12.23г.	
18	3. Игра «Строим крепость».		12.01.24г.	
19	4. Игра «Осада снежной крепости».		19.01.24г.	
20	5. Игра «Лепим снеговика».		26.01.24г.	
5. Кто сильнее? (5 ч)				
22	1. Игры «Бой петухов», «Третий лишний с сопротивлением».	<p><i>Научатся</i> играть в игры, требующие развития быстроты двигательной реакции, отработки силового удара для подачи в игровой обстановке.</p> <p><i>Повторят</i> правила техники безопасности в спортивном зале и на спортивной площадке с использованием спортивного инвентаря.</p>	2.02.24г	
22	2. Игра «Сильная хватка».		9.02.24г.	
23	3. Игра «Борьба за палку», «Скачки»		16.02.24г.	
24	4. Игра «Выталкивание в приседе».		1.03.24г.	

25	5. Игры «Тяни в круг», «Слон».	Будут совершенствоваться ловкость, координацию движений, развитие силовой выносливости, быстроты реакции.	15.03.24г.
6. Игры-аттракционы (5 ч)			
26	1. Игра «Неуловимый шнур».	Узнают , как применить простые предметы обихода (пластиковую бутылку, коробки разных размеров, нитки, катушки и др.) в подвижных играх. Научатся играть в игры-аттракционы, которые способствуют развитию хорошего настроения, выходу энергии, развитию координации движения. Приобретут необходимые двигательные навыки во время игр с различными предметами.	22.03.24г.
27	2. Игра «Вокруг стульев».		5.04.24г.
28	3. Игра «Вернись в круг».		12.04.24г.
29	4. Игра «Проворные мотальщики».		19.04.24г.
30	5. Игра «Быстрые пальцы».		26.04.24г.
7. Игры эстафеты (4 ч)			
31	1. Эстафета с передачей мяча.	Повторят правила проведения эстафет, правила передачи эстафетной палочки. Научатся преодолевать препятствия, развивать ловкость, скорость и четкость движений, сообразительность, выдумку. Научатся взаимодействовать в команде, понимать личную ответственность за вклад в общую победу. Приобретут необходимые двигательные навыки для выполнения заданий эстафет.	3.05.24г.
32	2. Весёлая эстафета с воздушными шарами.		10.05.24г.
33	3. Встречная эстафета.		17.05.24г.
34	4. Эстафета по кругу.		24.05.24г.

Материально-техническое обеспечение:

1. Спортивный инвентарь: булавы, флажки, волейбольные, баскетбольные, теннисные мячи, скакалки, обручи, конусы.

Список литературы

1. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
2. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
3. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001
5. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000
6. Каралашвили Е.А. «Физкультурная минутка» Динамические упражнения для детей 6-10 лет. /Творческий центр «Сфера»Москва, 2002/
7. Ковалько В.И. «Поурочные разработки по физкультуре» /ВАКО, Москва, 2003/
8. Линго Т.И. «Игры, ребусы, загадки для младших школьников»/ Ярославль, «Академия развития» 1998г