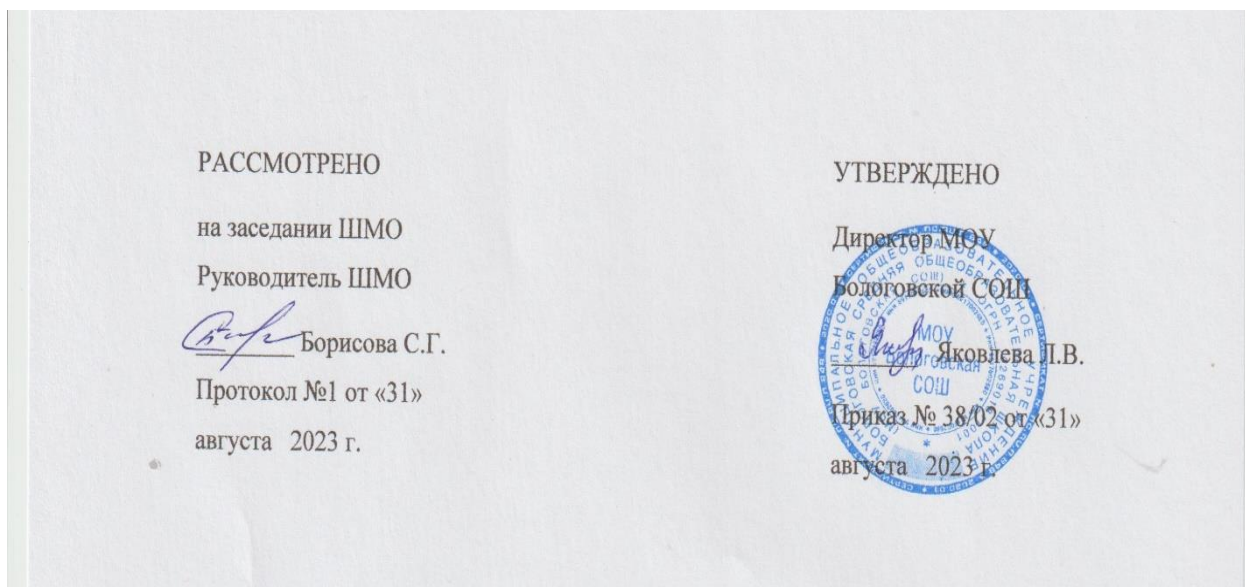


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
БОЛОГОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Подвижные и спортивные игры»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Общий объём программы в часах: 34 часа

Возраст обучающихся: 6,5 -10 лет

Срок реализации программы: 1 год

Уровень: базовый

Автор: педагог дополнительного образования Христофорова Маргарита  
Николаевна

п. Бологово, 2023г.

## Информационная карта программы

<b>Наименование программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные и спортивные игры»
<b>Направленность</b>	Физкультурно-спортивная
<b>Разработчик программы</b>	Христофорова Маргарита Николаевна
<b>Общий объем часов по программе</b>	34 часа
<b>Форма реализации</b>	Очная
<b>Целевая категория обучающихся</b>	Обучающиеся в возрасте 6,5 – 10 лет
<b>Аннотация программы</b>	Данная программа направлена на укрепление и повышение уровня физического здоровья обучающихся
<b>Планируемый результат реализации программы</b>	<p>Рабочая программа сформирована с учетом рабочей программы воспитания, призвана обеспечить достижение личностных результатов:</p> <p><b><i>Личностные результаты</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать эстетику, культуру и красоту движений;</li> <li>• формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.</li> <li>• формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</li> <li>• формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</li> </ul> <p><b><i>Метапредметные результаты</i></b></p> <p><b>Регулятивные универсальные учебные действия.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• овладеть способностью принимать и сохранять</li> </ul>

цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- формировать умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определять цель и пути ее достижения;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Познавательные универсальные учебные действия.**

- Использование различных способов поиска, сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами, соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.
- Извлечение информации из различных источников, умение работать с текстом.
- Владение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесение к известным понятиям.

**Коммуникативные универсальные учебные действия.**

- Владение всеми видами речевой деятельности и основами культуры устной и письменной речи.
- Владение базовыми умениями и навыками использования языка в жизненно важных для учащихся сферах и ситуациях общения.
- Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою, излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

***Предметные результаты***

В результате изучения курса «Подвижные и спортивные игры» обучающийся научится:

- формировать представление о значении

физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- овладеет умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.);

- формировать навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств.

- повысит уровень развития физических качеств и функциональных возможностей организма;

- овладеет знаниями о физической культуре, ее связи с физическим воспитанием и спортивной подготовкой;

- улучшит свою физическую работоспособность благодаря развитию выносливости;

- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения).

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Подвижные и спортивные игры»** составлена в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

**Направленность программы – физкультурно-спортивная.** Программа рассчитана на разновозрастную категорию обучающихся – 6,5 - 10 лет. Программа составлена с учетом психологических и физических особенностей развития детей.

**Актуальность программы** Подвижные и спортивные игры компенсируют недостаточную двигательную активность современных школьников, играют большую роль в профилактике многих заболеваний, повышают функциональные возможности организма, повышают работоспособность.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные и спортивные игры являются одним из традиционных средств педагогики. 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, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные и спортивные 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, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные и спортивные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического

равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

**Цель:** создание условий для формирования у детей и подростков мотивации здорового образа жизни, путем вовлечения в спортивную деятельность с целью физического и духовного развития в сенситивный период.

**Задачи:**

**Образовательные:**

1. Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
2. Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
3. Формирование интереса к играм народов России.
4. Расширение кругозора младших школьников.

**Оздоровительные:**

1. Укрепление здоровья;
2. Содействие гармоничному физическому развитию организма младшего школьника.

**Развивающие:**

1. Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
2. Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
3. Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера;
4. Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

**Воспитательные:**

1. Воспитывать трудолюбие, сознательную дисциплину, внимание, настойчивость и волевые качества;
2. воспитывать чувство коллективизма;
3. воспитывать стремление к здоровому образу жизни;
4. воспитывать патриотизм и любовь к родному краю.

**Новизна программы** - в отличие от существующих программ по техническим направлениям, обеспечивается тем, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Подвижные и спортивные игры**», реализуемая на базе МОУ Бологовской СОШ, предоставляет возможность организовать образовательный процесс на основе установленных требований, сохраняя основные подходы и технологии в организации образовательного процесса. В тоже время, педагог-наставник может наполнять программу вариативными занятиями, которые несут в себе профориентационные элементы.

### **Функции программы**

Образовательная функция заключается в организации обучения основам работы в сфере физической культуры и спорта, в применении и развитии полученных знаний для гармоничного физического развития, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

**Компенсаторная** функция программы реализуется посредством чередования различных видов деятельности обучающихся, характера нагрузок, темпов осуществления деятельности.

**Социально–адаптивная** функция программы состоит в том, что каждый обучающийся отрабатывает навыки взаимодействия с другими участниками программы, преодолевая проблемно-конфликтные ситуации, переживая успехи и неудачи, вырабатывает индивидуальный способ самореализации, успешного существования в реальном мире.

**Адресат программы.** Программа предназначена для обучающихся в возрасте 6,5 – 10 лет с учетом психологических и физических особенностей развития детей.

**Количество обучающихся в группе** – 20 человек.

**Форма обучения:** очная

**Уровень программы:** базовый

**Форма реализации образовательной программы:** дополнительное образование

**Организационная форма обучения:** групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия.

**Режим занятий:** занятия с обучающимися проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

При организации учебных занятий используются следующие **формы и методы обучения:**

1. Беседы, инструктажи
2. Метод демонстрации
3. Метод целостного упражнения
4. Практические занятия
5. Соревнования
6. Эстафеты, подвижные игры.
7. Занятия, во время которых дети сдают нормативы по выполнению основных видов движений по параметрам установленных диагностик;
8. Индивидуальные занятия, групповые, когда ребенку предлагается вид движений, упражнений, дается время, и он самостоятельно или в группе тренируется, после чего педагог проверяет выполнение заданий.

В рамках программы внеурочной деятельности **«Подвижные и спортивные игры»** обеспечивается гармоничное развитие занимающихся, что является необходимой основой для дальнейшей их деятельности и реализации своих способностей в спорте, содействие формированию разносторонне - развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, формированию устойчивых мотивов и потребностей, занимающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Формы и методы работы выбраны с учётом осуществления дифференциации и индивидуализации образовательной деятельности, закладываются основы знаний, умений, навыков социализации, активной гражданской и социально значимой деятельности. Формы работы – теоретические, практические, индивидуальные и групповые занятия. Каждое занятие начинается с постановки задачи - характеристики образовательного продукта, который предстоит создать учащимся.

Используются следующие технологии: совместной деятельности; здоровьесберегающие; дифференцированные (разноуровневые); игровые; обучение в сотрудничестве; информационные; проблемного обучения, системно-деятельностного подхода.

**Планируемые личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса.**



Рабочая программа сформирована с учетом рабочей программы воспитания, призвана обеспечить достижение личностных результатов:

### ***Личностные результаты***

- формировать эстетику, культуру и красоту движений;
- формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни.
- формировать ответственное отношение к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- формировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

### ***Метапредметные результаты***

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- овладеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формировать умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определять цель и пути ее достижения;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

#### **Познавательные универсальные учебные действия.**

- Использование различных способов поиска, сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами, соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.

- Извлечение информации из различных источников, умение работать с текстом.
- Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесение к известным понятиям.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия.**

- Овладение всеми видами речевой деятельности и основами культуры устной и письменной речи.
- Овладение базовыми умениями и навыками использования языка в жизненно важных для учащихся сферах и ситуациях общения.
- Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою, излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

### ***Предметные результаты***

В результате изучения курса «**Подвижные и спортивные игры**» обучающийся научится:

- формировать представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладеет умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.);
- формировать навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств.
- повысит уровень развития физических качеств и функциональных возможностей организма;
- улучшит техническую и тактическую подготовленность в спорте;
- овладеет знаниями о физической культуре, ее связи с физическим воспитанием и спортивной подготовкой;
- повысит свою физическую работоспособность благодаря развитию выносливости;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения).

В результате изучения курса «**Подвижные и спортивные игры**» обучающиеся получают следующие знания и умения:

- дополнительные знания из истории спорта, игр;
- овладеют способами контроля и оценки физического развития и физической подготовленности, основами методики обучения играм;
- изучат игры различной подвижности;
- особенности скоростного режима при прохождении различных дистанций на соревнованиях.

### **Мониторинг образовательных результатов**

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения по данной программе имеет три основных критерия:

- Надежность знаний и умений – предполагает усвоение терминологии, способов и типовых решений в сфере физической культуры и спорта.
- Сформированность личностных качеств определяется как совокупность ценностных ориентаций в сфере физической культуры и спорта.
- Готовность к продолжению обучения в сфере физической культуры и спорта– определяется как осознанный выбор более высокого уровня освоения выбранного вида деятельности.

### **Способы определения результативности реализации программы и формы подведения итогов реализации программы**

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

**Текущий контроль** проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого обучающегося, процессом формирования компетенций. Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и служит для определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки плана работы с группой.

**Периодический контроль** проводится по окончании изучения каждой темы. Периодический контроль проводится в виде практических работ.

**Промежуточный контроль** – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения.

Формами контроля могут быть: педагогическое наблюдение за ходом выполнения практических заданий педагога, анализ на каждом занятии качества выполнения работ и приобретенных практических навыков.

**Итоговая аттестация** – проводится с целью оценки качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы после завершения ее изучения.

В процессе проведения итоговой аттестации оценивается результативность освоения программы.

Критерии оценивания приведены в таблицах 1 и 2..

Таблица 1

### Критерии оценивания сформированности компетенций

Уровень	Описание поведенческих проявлений
1 уровень - недостаточный	Обучающийся не владеет навыком, не понимает его важности, не пытается его применять и развивать.
2 уровень – развивающийся	Обучающийся находится в процессе освоения данного навыка. Обучающийся понимает важность освоения навыков, однако не всегда эффективно применяет его в практике.
3 уровень – опытный пользователь	Обучающийся полностью освоил данный навык. Обучающийся эффективно применяет навык во всех стандартных, типовых ситуациях.
4 уровень – продвинутый пользователь	Особо высокая степень развития навыка. Обучающийся способен применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности.
5 уровень – мастерство	Уровень развития навыка, при котором обучающийся становится авторитетом и экспертом в среде сверстников. Обучающийся способен передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка.

Таблица 2

### Критерии оценивания уровня освоения программы

Уровни освоения программы	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и двигательной деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и двигательной деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний.
Низкий уровень	Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в

освоения программы	учебной, познавательной и двигательной деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практические умения не соответствует требованиям
--------------------	---

## 2. Содержание программы

### 2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Подвижные и спортивные игры»

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Раздел «Бессюжетные игры»</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
1.1	ТБ при проведении подвижных и спортивных игр. Гигиена спортсмена. Правила поведения на занятиях. ОФП.	1	1	
1.2	ОФП. «Ловишки- перебежки»	1		1
1.3	ОФП. Кросс. «Паровозик»	1		1
1.4	ОФП. Медленный бег. «Белые медведи»	1		1
1.5	ОФП. Кросс. Развитие силовых качеств. «На одной ноге»	1		1
1.6	ОФП. «Петушиный бой»	1		1
1.7	ОФП. Бег, беговые упражнения. «Попади в след»	1		1
1.8	ОФП. Кросс. «Заря-заряница»	1		1
<b>2</b>	<b>Раздел «Игры-забавы»</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>
2.1	ОФП. «Охота на тигра»	1		1
2.2	ОФП. Бег и беговые упражнения. «Донеси рыбку»	1		1
2.3	ОФП. Скоростной бег. «Черепаша-путешественница»	1		1
2.4	ОФП. «Собери орехи»	1		1
2.5	ОФП. Беговые упражнения. «Волк во рву»	1		1
2.6	ОФП. «Съедобное-несъедобное»	1		1

2.7	ОФП. Бег. «Командные собачки»	1		1
2.8	Развитие выносливости. ОФП. «Салки с домиками»	1		1
<b>3</b>	<b>Раздел «Национальные виды спорта и игры народов России»</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>
3.1	Знакомство с играми народов России, с национальными видами спорта народов РФ.	1	1	
3.2	ОФП. Русская народная игра «Краски».	1		1
3.3	ОФП. Русская народная игра «Стадо».	1		1
3.4	ОФП. Армянская народная игра «Статуя».	1		1
3.5	ОФП. Украинская народная игра «Хлебец».	1		1
3.6	ОФП. Чеченская народная игра «Игра в башню».	1		1
3.7	ОФП. Дагестанская народная игра «Достань шапку».	1		1
3.8	ОФП. Бурятская народная игра «Волк и ягнята».	1		1
3.9	ОФП. Чувашская народная игра «Спутанные кони»	1		1
<b>4</b>	<b>Раздел «Игры и упражнения с элементами спортивных дисциплин».</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>
4.1	ОФП. Профилактика травматизма. Правила ТБ. Передача и бросок мяча. Игра «Попади в цель».	1	1	
4.2	ОФП. Игра «Кто первый через обруч к флажку?»	1		1
4.3	ОФП. Игры «Мяч соседу», «Мяч среднему»	1		1
4.4	Бег. Игра «Лови быстрее и передай мяч»	1		1
4.5	Бег. Игры «Ловишки с приседанием». «Вышибалы»	1		1
4.6	ОФП. Игра Полоса препятствий «Разведчики»	1		1
4.7	Бег. Игры «Попади в цель». «Перестрелки»	1		1
4.8	Бег. Игры «Мяч в корзину». «Попади в цель».	1		1
4.9	Игры, эстафеты. Повторение, подведение итогов.	1		1
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>	<b>3</b>	<b>34</b>

**2.2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**«Подвижные и спортивные игры»**

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	практика	
<b>1</b>	<b>Раздел «Бессюжетные игры»</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	
1.1	ТБ при проведении подвижных и спортивных игр. Гигиена спортсмена. Правила поведения на занятиях.	1	1		Ответы обучающихся в процессе диалога
1.2	ОФП. «Ловишки- перебежки»	1		1	Индивидуальные задания
1.3	ОФП. Кросс. «Паровозик»	1		1	Бег 500м Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
1.4	ОФП. Медленный бег. «Белые медведи»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
1.5	ОФП. Кросс. Развитие силовых качеств. «На одной ноге»	1		1	Кросс1000м (3-4 классы). Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
1.6	ОФП. Игры «Петушиный бой»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
1.7	ОФП. Бег, беговые упражнения. «Попади в след»	1		1	Бег 100 м Результаты выполнения индивидуальных и групповых

					заданий
1.8	ОФП. Кросс. «Заря-заряница»	1		1	Кросс. Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
<b>2</b>	<b>Раздел «Игры-забавы»</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	
2.1	ОФП. «Охота на тигра»	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога
2.2	ОФП. Бег и беговые упражнения. «Донеси рыбку»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
2.3	ОФП. Скоростной бег. «Черепашка-путешественница»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
2.4	ОФП. «Собери орехи»	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога
2.5	ОФП. Беговые упражнения. «Волк во рву»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
2.6	ОФП. «Съедобное-несъедобное»	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога.
2.7	ОФП. Бег. «Командные собачки»	1		1	Бег. Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
2.8	Развитие выносливости. ОФП. «Салки с домиками»	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога



<b>3</b>	<b>Раздел «Национальные виды спорта и игры народов России»</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	
3.1	Знакомство с играми народов России, с национальными видами спорта народов РФ.	1	1		Ответы обучающихся в процессе диалога
3.2	ОФП. Русская народная игра «Краски».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.3	ОФП. Русская народная игра «Стадо».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.4	ОФП. Армянская народная игра «Статуя».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.5	ОФП. Украинская народная игра «Хлебец».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.6	ОФП. Чеченская народная игра «Игра в башню».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.7	ОФП. Дагестанская народная игра «Достань шапку».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.8	ОФП. Бурятская народная игра «Волк и ягнята».	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
3.9	ОФП. Чувашская народная игра «Спутанные кони»	1	1	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
<b>4</b>	<b>Раздел «Игры и упражнения с элементами спортивных дисциплин».</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	
4.1	ОФП. Профилактика травматизма. Правила ТБ. Передача и бросок мяча.	1	1		Ответы обучающихся в процессе диалога
4.2	ОФП. Игра «Кто первый через обруч к флажку?»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных

					и групповых заданий
4.3	ОФП. Игры «Мяч соседу», «Мяч среднему»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
4.4	Бег. Игра «Лови быстрее и передай мяч»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
4.5	Бег. Игры «Ловишки с приседанием». «Вышибалы»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
4.6	ОФП. Игра Полоса препятствий «Разведчики»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
4.7	. Бег. Игры «Попади в цель». «Перестрелки»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
4.8	Бег. Игры «Мяч в корзину». «Попади в цель».	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий
4.9	Игры, эстафеты. Повторение, подведение итогов. Беседа «Безопасные каникулы»	1		1	Результаты выполнения индивидуальных и групповых заданий. Ответы обучающихся в процессе диалога.

**2.3 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**  
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программе «Подвижные и спортивные игры»**

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов	
		Всего	Содержание занятий
<b>1</b>	<b>Раздел «Бессюжетные игры»</b>	<b>8</b>	
1.1	ТБ при проведении подвижных и спортивных игр. Гигиена спортсмена. Правила поведения на занятиях. ОФП.	1	Знакомство с Т/Б при проведении подвижных и спортивных игр. Беседа на тему «Гигиена спортсмена». Ознакомление с правилами поведения во время занятий. Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости.
1.2	ОФП. «Ловишки- перебежки»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
1.3	ОФП. Кросс. «Паровозик»	1	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
1.4	ОФП. Медленный бег. «Белые медведи»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости.
1.5	ОФП. Кросс. Развитие силовых качеств. «На одной ноге»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие

			выносливости.
1.6	ОФП. «Петушиный бой»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений.
1.7	ОФП. Бег, беговые упражнения. «Попади в след»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Бег, беговые упражнения.
1.8	ОФП. Кросс. «Заря-заряница»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Бег, беговые упражнения.
<b>2</b>	<b>Раздел «Игры-забавы»</b>	<b>8</b>	
2.1	ОФП. «Охота на тигра»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости.
2.2	ОФП. Бег и беговые упражнения. «Донеси рыбку»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Бег, беговые упражнения.
2.3	ОФП. Скоростной бег. «Черепаша-путешественница»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации

			движений. Бег, беговые упражнения. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
2.4	ОФП. «Собери орехи»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
2.5	ОФП. Беговые упражнения. «Волк во рву»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
2.6	ОФП. «Съедобное-несъедобное»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Беговые упражнения.
2.7	ОФП. Бег. «Командные собачки»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Бег, беговые упражнения. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
2.8	Развитие выносливости. ОФП. «Салки с домиками»	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных

			на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
<b>3</b>	<b>Раздел «Национальные виды спорта и игры народов России»</b>	<b>9</b>	
3.1	Знакомство с играми народов России, с национальными видами спорта народов РФ.	1	Ознакомление с национальными видами спорта народов России, с играми народов России.
3.2	ОФП. Русская народная игра «Краски».	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Разучивание новой игры.
3.3	ОФП. Русская народная игра «Стадо».	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Разучивание новой игры.
3.4	ОФП. Армянская народная игра «Статуя».	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Разучивание новой игры.
3.5	ОФП. Украинская народная игра «Хлебец».	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Разучивание новой игры.
3.6	ОФП. Чеченская народная игра «Игра в башню».	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных

			способностей, выносливости. Разучивание новой игры.
3.7	ОФП. Дагестанская народная игра «Достань шапку».	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Разучивание новой игры.
3.8	ОФП. Бурятская народная игра «Волк и ягнята».	1	Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений. Разучивание новой игры.
3.9	ОФП. Чувашская народная игра «Спутанные кони»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Разучивание новой игры.
<b>4</b>	<b>Раздел «Игры и упражнения с элементами спортивных дисциплин».</b>	<b>9</b>	
4.1	ОФП. Профилактика травматизма. Правила ТБ. Передача и бросок мяча.	1	Т/Б при проведении подвижных и спортивных игр. Беседа на тему «Профилактика травматизма во время подвижных и спортивных игр, занятиях физкультурой и спортом. Общая физическая подготовка: комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, выносливости, координации движений.
4.2	ОФП. Игра «Кто первый через обруч к флажку?»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных

			на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
4.3	ОФП. Игры «Мяч соседу», «Мяч среднему»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координационных способностей, выносливости. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
4.4	Бег. Игра «Лови быстрее и передай мяч»	1	Бег, беговые упражнения. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
4.5	Бег. Игры «Ловишки с приседанием». «Вышибалы»	1	Бег, беговые упражнения. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
4.6	ОФП. Игра Полоса препятствий «Разведчики»	1	Комплекс общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, координации движений. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.
4.7	Бег. Игры «Попади в цель». «Перестрелки»	1	Бег, беговые упражнения. Циклические упражнения, направленные на развитие меткости, выносливости.
4.8	Бег. Игры «Мяч в корзину». «Попади в цель».	1	Бег, беговые упражнения. Циклические упражнения, направленные на развитие меткости, выносливости.
4.9	Игры, эстафеты. Повторение, подведение итогов. Беседа «Безопасные каникулы»	1	Подведение итогов. Беседа «Безопасные каникулы» Игры, эстафеты.
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>	



## 2.4. Календарный учебный график реализации программы

Год обучения	Название раздела, модуля, темы	Количество часов			Количество учебных		Даты начала и окончания	Продолжительность каникул
		всего	теория	практика	недель	дней		
1	«Подвижные и спортивные игры»	34	3	31	34	34	01.09.23 24.05.24	10 дней, январь 2024

## 3. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Подвижные и спортивные игры»

### 3.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется на базе МОУ Бологовской СОШ. Для занятий имеются спортивный зал, стадион. Также имеется учебная площадка рядом со школой, предназначенная для проведения игр.

№ п/п	Наименование	Количество, шт.
1.	Кегли	20
2.	Палки гимнастические	20
3.	Обручи	20
4.	Скакалки	20
5.	Мат гимнастический	5
6.	Скамейки гимнастические	3
	Стенки гимнастические	4
7.	Жгут спортивный	22
8.	Гантель	26
9.	Футбольный мяч	4
9.	Секундомер электронный	4
10.	Ракетки	20
11.	Баскетбольный мяч	4

### 3.2 Информационное обеспечение Список рекомендованной литературы

Для педагога

#### Список литературы:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.

4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВБІАКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г

### **Для обучающихся**

1. Гармаш И.И. Игры и развлечения /– Киев: Урожай, 1996, с. 3-51.
2. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры /– М.: Просвещение, 1986, 79 с.
3. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991.
4. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000.
5. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.
6. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.

### **Электронные образовательные ресурсы и интернет-ресурсы**

#### **Интернет источники:**

1. Министерство спорта Российской Федерации – «<http://www.minsport.gov.ru>»;
2. Олимпийский Комитет России – «<http://olympic.ru>»
3. Мир книг - <http://www.mirknig.com>
4. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования. [http://schoolcollection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=3 8](http://schoolcollection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=3 8)
5. Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

### **3.3 Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы**

#### **3.4 Кадровое обеспечение**

Программу реализует педагог Христофорова Маргарита Николаевна, имеющая среднее профессиональное образование по профилю педагогической деятельности, педагогическое образование и опыт работы с 15.08.1983г. и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования».

#### **3.5 Методическое обеспечение**

##### **Особенности организации образовательной деятельности**

Работа с обучающимися построена следующим образом: применение на занятиях личностно-ориентированной модели.

Практика показывает, что именно такая модель взаимодействия с детьми максимально эффективна, дети учатся доверять окружающему миру, сотрудничать.

### **Приёмы и методы**

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.

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

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 исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с 1 класса закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д. Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств.

Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию

скоростно-силовых качеств. Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий.

Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы. Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

#### **Дидактическое обеспечение образовательного процесса:**

- учебно-демонстрационные плакаты;
- видеофильмы;
- компьютер;
- проектор;

Для наиболее успешного усвоения учебного материала на занятиях используются следующие методические пособия и дидактический материал:

1. Информационный стенд с «Правилами техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми», с расписанием занятий;
2. Карточки-задания для развития двигательных качеств;
3. Подборка книг и журналов с играми;
4. Сценарии праздников.

#### **Педагогические технологии:**

В процессе обучения по программе используются разнообразные педагогические технологии:

- информационно – коммуникационная технология;
- здоровьесберегающие технологии;
- игровые технологии;
- групповые технологии.