

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №26  
с углублённым изучением химии и биологии»**

Рассмотрена на педагогическом Совете  
МАОУ «Средняя общеобразовательная  
школа №26 с углубленным изучением химии  
и биологии»  
Протокол 1 от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ «Средняя  
общеобразовательная  
школа №26 с углубленным изучением химии  
и биологии»

Т.А. Чеснокова  
Приказ № 28-09-1 от 28.09.2023.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Физкультурно-спортивная направленность  
«Подвижные игры»**

Уровень сложности: ознакомительная  
Возраст обучающихся: 8-13 лет  
Срок реализации: 2 месяца  
Составитель: Степанова А.П.

**Великий Новгород  
2023 год**

## **Пояснительная записка**

### **Комплекс основных характеристик программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Подвижные игры» физкультурно-спортивной направленности, ознакомительного уровня.**

Программа разработана в соответствии с нормативными требованиями на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27 июля 2022 года № 629;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые);  
с учетом:
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и Плана мероприятий по ее реализации»;
- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Методического пособия «Дополнительная общеразвивающая программа: практическое руководство по проектированию и дизайну» Н.Л.Буйловой 2022г.;
- Устава МАУДО «Центр детского творчества», утвержденного постановлением Администрации Великого Новгорода от 00.00.0000 №000;
- Положения о требованиях к дополнительным общеобразовательным программам, порядке их разработки и экспертизы в МАУДО «Центр детского творчества», утвержденного приказом директора от 00.00.0000 № 00

**Актуальность данной программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа отвечает современному социальному запросу и разработана с учётом потребностей детей.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия России. Разнообразие различных видов деятельности помогает поддерживать у обучающихся высокий уровень интереса к занятиям.

Программа основывается на доступности материала и построена по принципу «от простого к сложному».

**Практическая значимость** программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

**Педагогическая целесообразность.** Данная программа влияет на развитие физической активности младших школьников. На основе приобретенных знаний у обучающихся формируется отношение к собственной физической активности. Успех обучающихся дает им стимул, способствует развитию самостоятельности для занятий физической культуры, мотивирует на занятия более сложными и интересными видами спорта. Программа имеет большое воспитательное значение. Обучающиеся знакомятся с народными играми, развивают физические качества.

**Отличительные особенности данной программы.**

Данная программа включает в себя возможность обучающимся самим проводить и знакомить друг друга с подвижными играми. Планируемая на занятиях практическая работа не является жестко регламентированной, сложность и объем выполняемого упражнений определяются исходя из индивидуальных особенностей ребенка.

**Программа адресована детям от 8-13 лет.** Для обучения принимаются все желающие без предъявления требований к уровню подготовки.

**Численный состав** объединений не менее 8 человек, характер состава постоянный, одно- или разновозрастной.

**Объем, сроки, режим освоения программы:**

Учебно-воспитательный процесс осуществляется в очном формате 2 месяца. Общая продолжительность обучения составляет 8 часов.

**Режим занятий.** Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу (45 минут). **Объем, сроки, режим освоения программы:**

**Формы занятий:**

Основная форма реализации программы - групповые занятия. Каждое занятие по темам программы, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Основная часть материала отводится практическим занятиям. Программа предполагает возможность вариативного содержания. В зависимости от особенностей творческого развития обучающихся педагог может вносить изменения в содержание занятий, дополнять практические задания новыми играми.

**Цель:** формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

**Задачи:**

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

**Прогнозируемые результаты** применения программы направлены:

- *на формирование первичных общих умений и навыков.* Игры в целом развивают ловкость, гибкость, силу, воображение, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны.
- *введение детей в предметную область физической культуры.* Овладение детьми способов игровой деятельности позволит им сформировать представления о здоровом образе жизни, а также применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств.

**Планируемые результаты**

	<b>Планируемые результаты</b>	<b>Показатели</b>	<b>Формы оценки</b>
Личностные	-устойчивый интерес к изучаемым двигательным действиям; -бережное отношение вещам и спортивному инвентарю; -уважительное отношение к людям.	-терпеливость в изучении игр, действий; -задает вопросы об изучаемых играх. - ответственность.	Наблюдение. Беседа. Просмотр
Метапредметные :	способность работать на основе схем, объяснений.	- умеет подобрать необходимые средства для достижения цели своей деятельности;  - умеет вести диалог;  - умеет оценить качество результата своей деятельности.	Наблюдение Беседа. Просмотр
Предметные	Изучение двигательных действий, игр	<i>умеет:</i> - работать по схемам, по описанию; - правильно и безопасно пользоваться спортивным инвентарем; -соблюдать последовательность выполнения работы; -применять основные приемы техники и тактики игр	Наблюдение .Беседа. Просмотр.

## Учебный план

№ п/п	Название тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности  <b>Общие подвижные символические игры.</b> «Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».	1	0,5	0,5
2	Инструктаж по технике безопасности  Игры для формирования правильной осанки. «Бои на бревне», «Лошадки»	1	0,5	0,5
3	Инструктаж по технике безопасности  <b>Игры на развитие скоростных качеств.</b> «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок», «Вызов номеров», «Эстафета зверей», «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки»,«Пустое место»,«Белыемедведи», «Удочка».	1	0,5	0,5
4	Инструктаж по технике безопасности  Промежуточное подведение итогов	1	0,5	0,5
5	Инструктаж по технике безопасности  <b>Игры на совершенствование прыжковых упражнений.</b> «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Волк во рву», «Найди жгут», «Скакалочка», «Лягушка», «Удочка»	1	0,5	0,5
6	Инструктаж по технике безопасности  <b>Игры с метанием мяча.</b> «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака»,«Перестрелка», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», Подвижная цель”(1), «Подвижнаяцель»(2)	1	0,5	0,5
7	Инструктаж по технике безопасности  <b>Русские народные игры.</b> «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Зайка», «Ручеёк», «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби», «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка», «Лапта».	1	0,5	0,5
8	Итоговое занятие	1		1

## **Содержание программы:**

**1. Теория:** Инструктаж по технике безопасности; описание правил изучаемых игр.

**Практика: общие подвижные символические игры:** «Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок», «Лапта».

**2. Теория:** Инструктаж по технике безопасности; описание правил изучаемых игр.

**Практика: игры для формирования правильной осанки:** «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

**3. Теория:** Инструктаж по технике безопасности; описание правил изучаемых игр.

**Практика: игры на развитие скоростных качеств:** «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок», «Вызов номеров», «Эстафета зверей», «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки», «Пустое место», «Белые медведи», «Удочка», «Лапта».

**4. Промежуточное подведение итогов:** беседа о наиболее понравившихся играх. Игры по желанию, из изученных ранее.

**5. Теория:** Инструктаж по технике безопасности; описание правил изучаемых игр.

**Практика: игры на совершенствование прыжковых упражнений.** «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Волк во рву», «Найди жгут», «Скакалочка», «Лягушка», «Удочка».

**6. Теория:** Инструктаж по технике безопасности; описание правил изучаемых игр.

**Практика: игры с метанием мяча.** «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака», «Перестрелка», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Подвижная цель»(1), «Подвижная цель»(2), «Лапта».

**7. Теория:** Инструктаж по технике безопасности; описание правил изучаемых игр.

**Практика: русские народные игры.** «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк», «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби», «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка», «Лапта».

**8. Итоговое занятие:** закрепление изученного материала, по одной игре из каждой темы, на выбор обучающихся.

### Календарный учебный график

№ пп	Дата	Тема	Кол-во часов	Форма занятий	Форма контроля
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности  <b>Общие подвижные символические игры.</b> «Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение
2		Инструктаж по технике безопасности  Игры для формирования правильной осанки. «Бои на бревне», «Лошадки»	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение
3		Инструктаж по технике безопасности  <b>Игры на развитие скоростных качеств.</b> «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок», «Вызов номеров», «Эстафета зверей», «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки»,«Пустое место»,«Белыемедведи», «Удочка».	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение
4		Инструктаж по технике безопасности  Промежуточное подведение итогов	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение
5		Инструктаж по технике безопасности  <b>Игры на совершенствование прыжковых упражнений.</b> «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Волк во рву», «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка»	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение
6		Инструктаж по технике безопасности  <b>Игры с метанием мяча.</b> «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака»,«Перестрелка», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Подвижная цель”(1), «Подвижнаяцель»(2)	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение
7		Инструктаж по технике безопасности  <b>Русские народные игры.</b> «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли»,	1	Групповая Теория Практика	Наблюдение обсуждение

		«Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк», «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби», «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барabanщик», «Черепашка».			
8		Итоговое занятие	1	Групповая Практика	Наблюдение обсуждение

### **Методическое обеспечение и технологии программы:**

**Теоретический** материал программы лучше давать в форме бесед (групповых или индивидуальных) до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

**Практические** упражнения периодически изменяются, широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Основная функция этой программы - воспитание национального самосознания. Русские народные игры, входящие в первый компонент, поделены на разделы, по характеристикам игр. Здесь есть игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёт её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру.

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

гимнастическая дорожка из 4 матов;

5 теннисных мячей;

набор кубиков (10 штук);

5 гимнастических обручей и 5 гимнастических палок;

6 лёгких игровых мячей среднего размера;

10 скакалок;

2 декоративные удочки;

4 флажка.

### **Список использованной литературы:**

Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.

Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001.

Женило М. Ю. Театрализованные праздники 1-4 классы. Найди свою звезду. – М.: 2004. – 288 с.

Артем Патрикеев Подвижные игры. 1-4 классы ВАКО. 2010

Лях В.И., А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (общеобр.), Москва, Просвещение, 2011.

Савченко В. А., Кругликов Л. В. Особенности физического воспитания при работе с детьми начальных классов. Математическая морфология. Электронный математический и медико-биологический журнал. - Т. 8. -

