

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ УДОМЕЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МСТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Принята на заседании
Педагогического совета
протокол № 5 от 31. 05. 2024 г

«Утверждаю»
И.о. директора
МБОУ Мстинская СОШ
_____ Соловьева И.А.

Приказ №71/1-о от 31. 05. 2024 г.

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

Уровень: базовый
Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Возраст: 7-11 лет

Автор-разработчик – Хрестин С.Б.

п. Мста, 2024год

1. Пояснительная записка

Общеразвивающая программа «Подвижные игры» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, соответствует **базовому уровню**.

Нормативно-правовой аспект

Нормативно-правовую основу для разработки дополнительной общеобразовательной программы составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно - уровневые программы)» (письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 № 09-3242).

Цель программы сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи программы

Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
- Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

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

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Отличительными особенностями программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума, учитываются особенности детей с ОВЗ.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 1-4 классов (7 – 11 лет).

Сроки реализации.

Программа рассчитана на 1 год. Курс включает 34 занятия: одно занятие в неделю,

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут.

Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Формы занятий:

Ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на разновозрастную группу детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

2. Содержание программы

2.1 Учебный план

№	Содержание материала	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Общее кол - во часов	Теория	Практика	
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.	
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.	
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.	
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.	
5.	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.	
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.	
7.	Народные игры	5ч.	1 ч.	4 ч.	
Итого:		34 ч.	7 ч.	27 ч.	

Содержание программы. (34 занятия)

Игры с бегом (5 часов)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

Зимние забавы (4 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (5 часов)

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (5 часов)

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

	Тема занятия
1.	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.
2.	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
3.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
4.	Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
5.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»
6.	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.
7.	Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик вверх». Игра «Свечи ставить»
8.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
10.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»
11.	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.
12.	Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
13.	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
14.	Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».
15.	Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».
16.	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.
17.	Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
18.	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
19.	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
20.	Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»
21.	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.
22.	Игра «Строим крепость».
23.	Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».
24.	Игра «Лепим снеговика».
25.	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.
26.	Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашиотисты», «Скалка под ногами», «Тачка».
27.	Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
28.	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».
29.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».
30.	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.
31.	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
32.	Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
33.	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
34.	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

2.2. Планируемые результаты.

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.
- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.
- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.
- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Формы подведения итогов реализации программы.

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

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

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- «День здоровья».

3. Условия реализации программы

3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы требует наличия следующего оборудования:

- Спортивный зал;
- Игровая площадка;
- Уличные спортивные тренажёры;
- Раздевалки;
- Щиты баскетбольные, мячи баскетбольные;
- Сетка волейбольная на стойках, мячи волейбольные;
- Спортивная форма

3.2 Информационное обеспечение

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass> ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ для детей младшего школьного возраста

- <https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html> Подвижные игры для младших школьников.

3.3 Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим опыт преподавания физической культуры не менее года, образование – не ниже средне-профессионального.

3.4 Список литературы

Список литературы, рекомендованный педагогам:

- Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
- Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
- «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
- «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г

Список литературы, рекомендованной обучающимся:

- Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
- Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.

Список литературы, рекомендованной родителям:

- Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
- Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.