



Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа «Центр образования №1»

ОБСУЖДЕНО
педагогическим советом
МАОУ СОШ «ЦО №1»
Протокол № 12 от 03.06.2024г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МАОУ СОШ «ЦО №1»
от 17.06.2024 г. № 267-од

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Направленность программы: физкультурно – спортивная
Возраст обучающихся: 7-8 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Вирфель Кристина Владимировна
педагог дополнительного образования

г. Нижний Тагил
2024г.

1. Пояснительная записка

1.1. Направленность программы

Содержание программы «Подвижные игры» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Программа «Подвижные игры» несет физкультурно – спортивную направленность и составлена на основе следующих документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ).

- Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СанПиН).

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

•Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок).

•Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

•Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»

•Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

•Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».

•Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

•Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

•Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

• Устав МАОУ СОШ «ЦО №1»;

• ЛА № 35 «Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам».

1.2. Актуальность и новизна программы

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших

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 актуальна в рамках реализации ФГОС.

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 своего народа. В основе программы лежит системно – деятельностный подход, который создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

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. Элементы данной программы присутствуют в таких разделах учебной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

Целесообразность программы способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию личности, формируют необходимые навыки, координацию движений, ловкость и меткость. Занятия, построенные на движениях, требующие большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка. Они способствуют созданию бодрого настроения. Игра оказывает большое воздействие на формирование личности, поскольку в ней проявляются и развиваются умения анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о безопасном поведении в реальной жизни. Таким образом, в «Подвижных играх» реализуется не только область «Физическое развитие», но и «Социализация», «Безопасность», «Коммуникация», «Познание».

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, программа «Подвижные игры» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных компетенций:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

1.3. Отличительная особенность

Отличительной особенностью программы является то, что 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. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной. Начало 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 дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преимущественно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. 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.

1.4. Адресат программы

Программа рассчитана для обучающихся в возрасте от 7 до 8 лет, разного уровня развития. Возрастные психологические особенности детей были учтены при разработке данной образовательной программы. Количество детей в группе до 15 человек.

1.5. Режим занятий

Режим занятий, периодичность и продолжительность. Занятия проводятся в соответствии с СаПиН 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 молодежи". Длительность занятий составляет 40 минут.

Раз в неделю, 1 учебный час.

Формы организации занятий:

- игра
- соревнование
- эстафета
- прогулка

Формы контроля:

- индивидуальный
- групповой
- фронтальный
- дифференцированный

На занятиях используются различные методы обучения: словесные, наглядные, практические. Словесные методы – рассказ и беседа – сопровождаются демонстрацией пособий, иллюстрированного материала, образцов выполненных работ. Основное место на занятиях отводится практической работе, которая проводится на каждом занятии после объяснения теоретического материала.

В начале года и во втором полугодии с учащимися проводится вводный и повторный инструктаж по правилам поведения в кабинете, а также инструктаж по ТБ.

Все идеи, принципы, формы и методы, помещённые в разделах программы, нацелены на реализацию целей и задач: формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей.

Форма реализации программы: очная форма. Возможна реализация программы с применением дистанционных образовательных технологий.

1.6. Срок реализации программы

Срок реализации программы – 1 год (34 часа)

Количество учащихся в группе: до 15 человек

Форма получения образования – очная.

1.7. Цели и задачи программы

Цели: создание условий для формирования привычки здорового образа жизни и потребности в ежедневных занятиях физической культурой.

Задачи:

- укрепление здоровья учащихся, культуры и здоровому образу физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время;
- формирование интересов к определенным видам двигательной активности; Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных навыков.

1.8. Планируемые результаты:

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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;

• обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- 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;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- 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;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Предметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требование к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения курса:

Обучающиеся будут знать:

- о способах и особенностях движений и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования: закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

Обучающиеся будут уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовать и проводить подвижные игры;
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий.

2. Содержание общеобразовательной программы.

Русские народные игры (19 часов)

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Жмурки». Игра «Кот и мышь».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Горелки». Игра «Салки»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пятнашки». Игра «Охотники и зайцы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Фанты». Игра «Птицелов».

Эстафеты (9 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Эстафеты «Передача мяча», с доставанием подвижного мяча, «С мячом», эстафета парами.
- Эстафета «Быстрые и ловкие» с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).

Игры народов России (6 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

- Разучивание игр.

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»

Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»

Марийская народная игра «Катание мяча»

Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»

Чувашская игра «Рыбки»

Бурятская народная игра «Ищем палочку»

2.1. Учебный план

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	9
3	Игры народов России	6
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование курсу «Подвижные игры» (34 часа)

№ п/п	Тема занятий	Кол- во часов	Дата проведения	
			план	факт
Русские народные игры (19 часов)				
1	Русская народная игра «Жмурки»	1		
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1		
3	Русская народная игра «Горелки»	1		
4	Русская народная игра «Салки»	1		
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1		
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1		
7	Русская народная игра «Фанты»	1		
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1		
9	Русская народная игра «Волк»	1		
10	Русская народная игра «Птицелов»	1		

11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1		
12	Русская народная игра «Салки»	1		
13	Русская народная игра «Пятнашки»	1		
14	Русская народная игра «Пятнашки»	1		
15	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1		
16	Русская народная игра «Краски»	1		
17	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1		
18	Русская народная игра «Третий лишний»	1		
19	Русская народная игра «Волк»	1		
Эстафеты (9 часов)				
20	Эстафета «Передача мяча»	1		
21	Эстафета со скакалкой	1		
22	Эстафета «С мячом»	1		
23	Эстафета зверей	1		
24	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1		
25	Эстафета «Вызов номеров»	1		
26	Эстафета по кругу	1		
27	Эстафета с обручем	1		
28	Эстафета с обручем	1		
Игры народов России (6 часов)				
29	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1		
30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1		
31	Марийская народная игра «Катание мяча»	1		
32	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1		
33	Чувашская игра «Рыбки»	1		
34	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1		

**Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год
(5-дневная учебная неделя. Обучение по четвертям)**

Учебные периоды	Продолжительность учебного периода/ недели	Сроки учебных периодов	Продолжительность каникул	Сроки каникул
I четверть	8 недель	02.09.24-25.10.24	10 календарных дней	26.10.24-04.11.24
II четверть	8 недель	05.11.24-27.12.24	12 календарных дней	28.12.24-08.01.25
III четверть	10 недель	09.01.25-21.03.25	10 календарных дней	22.03.25-30.03.25
VI четверть	8 недель	31.03.25-23.05.25	99 календарных дней	26.05.25-31.08.25
	34 недели		131 календарный день	

2.2. Оценочные материалы

Организация деятельности младших школьников на занятиях основывается на следующих принципах:

- занимательность;
- научность;
- сознательность и активность;
- наглядность;
- доступность;
- связь теории с практикой;
- индивидуальный подход к учащимся.

Дополнительные занятия позволяют наиболее успешно применять индивидуальный подход к каждому школьнику с учётом его способностей, более полно удовлетворять физические и жизненные интересы учащихся. В отличие от классных занятий, на внеклассных учащиеся мало теории и много практики, игр, соревнований.

Формы подведения итогов реализации программы:

Виды аттестации	Формы оценки результативности	Срок проведения
Промежуточная аттестация	Диагностика уровня ключевых, метапредметных и предметных компетенций учащихся . Формы – тестирования, открытые спортивные мероприятия для родителей и учителей.	за 1 год: декабрь 2024 г., май 2025 г.
Итоговая аттестация	Оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной программе. Формы – тестирование, открытое спортивное мероприятие для родителей и учителей.	май 2025 г.

2.3 Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Помещение: спортивный зал для проведения групповых и индивидуальных учебных занятий, накопительные папки, литература.

Информационно-коммуникативные средства:

- Ноутбук.
- Презентации, диски

2.4. Условия реализации программы

Для реализации содержания программы используются педагогические технологии, методы, приемы, формы и средства, способствующие получению знаний и умений, формированию материала образовательной программы.

В зале есть противопожарный инвентарь и аптечка с набором перевязочных средств; инструкция по правилам безопасности труда для обучающихся и журнал регистрации инструктажа по правилам безопасности труда;

Кабинет имеет учебно-методическую, справочно-информационную литературу;

Специальное оборудование, которое используется для занятий:

- картотека игр;
- мячи, скакалки, обручи, маты, набивные мячи, гимнастические палки, секундомер, конусы для разметки и т.д.
- фото, аудио, видеоматериалы;

Главным результатом реализации программы является талантливость, способность трудиться, упорно добиваться достижения нужного результата.

Для отслеживания результатов реализации программы не применяется оценочная система, а учитываются творческие успехи детей.

Результатом занятий могут быть

- подготовка и защита проектных работ;
- педагогическое наблюдение;
- анкетирование;
- тестирование

2.5 Список литературы:

1. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие. // В. Е. Гриженя / М.: Советский спорт, 2005. – 40 с.

2. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.-96 с.
3. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.: Просвещение, 1989 г.- 239 с.
4. Лях В. И.,ЗденевичА. А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс. //В. И. Лях, А. А. Зденевич / М.: Просвещение, 2008. – 127 с.