

Министерство образования и науки Самарской области

Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза И. Т. Краснова с. Большая Глушица муниципального района Большеглушицкий Самарской области «Детско- юношеская спортивная школа», реализующие дополнительные общеразвивающие программы

Принята на заседании
методического совета
от 21. 06. 2024 г
Протокол № 6

УТВЕРЖДАЮ
Начальник СП-ДЮСШ:
_____ С. В. Романов
Распоряжение
СП-ДЮСШ ГБОУ СОШ № 2 «ОЦ»
с. Большая Глушица
№ 6 от 21. 06. 2024 г.

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Подвижные игры»
физкультурно-спортивной направленности**

Возраст обучающихся: 6-11 лет

Срок реализации: 1 года

Разработчик:
Фирсина Г. А.-
ст. инструктор-методист

с. Большая Глушица, 2024 г.

Краткая аннотация

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в спортивной школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Данная программа предназначена для всех обучающихся, в том числе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Пояснительная записка

Решая вопросы модернизации отечественного образования и системы дополнительного образования Самарской области, одним из приоритетных направлений является сохранение уровня охвата детей дополнительным образованием через увеличение кружков физкультурно-спортивной направленности. Из этого следует, что одним из приоритетных направлений социально-экономического развития Самарской области (*Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года*) является поддержка детского спорта.

В муниципальном районе Большеглушицкий подвижные игры среди начального возраста пользуются популярностью, у каждого юного жителя района есть возможность бесплатно удовлетворить индивидуальные потребности в занятиях физической культурой и спортом с раннего возраста. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь на стадионе, в спортивном зале посредством занятий игровыми видами спорта, способствующими развитию не только комплекса физических способностей и навыков, но и личностных качества, которые позволят детям легко адаптироваться в социуме.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» (далее программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г., направленных на физическое воспитание и формирования культуры здоровья, формирования у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни. Если учесть, что двигательная активность является еще и условием, стимулирующим фактором развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер, то становится очевидным актуальность создания этой программы.

Новизна программы базируется на понимание приоритетности игры, направленной содействию процессу правильного физического развития обучающихся. Учебный материал состоит из трёх модулей. Педагог дополняет содержание модуля самостоятельно, разрабатывая дополнительный учебно-методический комплект к данной программе. Программа состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

Отличительной особенностью программы является подвижность содержания и технологий, учет индивидуальных интересов и запросов обучающихся. Применяются дистанционные образовательные технологии.

Дополнительная общеобразовательная программа может реализовываться в смешанном (комбинированном) режиме; с использованием электронного обучения (ЭО) и дистанционных образовательных технологий (ДОТ). ЭО и ДОТ обеспечиваются применением совокупности образовательных технологий, при которых частично опосредованное или полностью опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения и распределения во времени на основе педагогически организованных технологий обучения.

Программа также предусматривает реализацию с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и (или) детьми-инвалидами.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе и с учетом нормативно-правовых актов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 (в редакции от 04.08.2023 г.);

- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации № 302 от 21.04.2023 г «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г № 467»;

- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации № 629 от 27.07.2022 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Приказа Минобрнауки РФ от 23.08.2017 N 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ";

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996- р.

- Концепции развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-Р);

- Распоряжения Правительства Самарской области от 9.08.2019 № 748-р «О внедрении модели функционирования системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификатов персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификатов персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановления Правительства Самарской области от 12.07.2017г. № 441 «О стратегии социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (редакция от 01.01.2021г.).

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что данная программа направлена на огромную потребность в движении детей, обычно стремящихся удовлетворить её в играх. Они оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребёнка, способствуют созданию бодрого

настроения у детей. Данная программа направлена на формирования стойкого интереса к занятиям физической культуры, а в дальнейшем и спортом. Средства обучения, предлагаемые в программе, будут способствовать быстрейшему приобретению детьми хорошей физической подготовки, раскрытию индивидуальности ребёнка.

Воспитательный потенциал программы

Решение задач воспитания в ходе реализации программы осуществляется в процессе учебных занятий в следующих формах:

- побуждение обучающихся соблюдать на занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятиях явлений, событий;
- использование воспитательных возможностей содержания учебных тем для формирования у обучающихся российских традиционных духовно- нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения;
- включение в содержание занятий игровых моментов, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений, помогают установлению доброжелательной атмосферы;
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в форме включения различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения проблем

Цель программы: содействие гармоничному физическому развитию детей через удовлетворение потребности в двигательной активности посредством подвижных игр.

Задачи:

Обучающие:

- обучить технике выполнения различных видов двигательной деятельности;
- обучить правилам гигиены, технике безопасности и поведения на занятиях;
- обучить игровой и соревновательной деятельности.

Развивающие:

- развить интерес к занятиям физической культурой;
- развить самостоятельность, наблюдательность, творческие способности детей;
- развить силовые и координационные способности, быстроту, ловкость, выносливость;
- развить скорость реакции в быстро меняющихся игровых условиях.

Воспитательные:

- воспитать навык работы в команде: способность договариваться, согласовывать свои действия с действиями других, проявлять уважительное отношение к членам команды;
- воспитать целеустремлённость, силу воли, уверенность, выдержку и самообладание;
- воспитать дисциплинированность во время занятий.

Возраст обучающихся.

Программа «Подвижные игры» адресована обучающимся с 6 лет до 11 лет. Набор в группы осуществляется на добровольной основе, то есть принимаются все желающие заниматься в объединении и не имеющих медицинских противопоказаний.

Доступность реализации дополнительной программы: в программе предусмотрено участие образовательными потребностями: детей с ограниченными возможностями здоровья (отдельные категории обучающихся возможностями здоровья); детей талантливых (одарённых, мотивированных); детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год, объем часов – 126 часов.

Формы организации деятельности: по группам, индивидуально или всем составом.

Форма обучения.

Форма занятий - очная, очно-дистанционная, с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Формы организации занятий.

Основными формами организации обучающего процесса в объединении являются: групповые занятия, индивидуальные, комбинированные; виды занятий: теоретические (лекции), практические, мастер-классы, соревнования, турниры, самостоятельная работа, электронное обучение (ЭО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) по приказу учреждения.

Формы и режим занятий

Количество часов в неделю – 3,5 часа. Режим занятий: 2 раза в неделю: одно занятие 2 академических часа, второе 1,5 академических часа.

Режим обучения: занятия проводятся согласно утвержденного расписания образовательной организации.

Наполняемость учебных групп: составляет от 15 до 25 человек.

Прогнозируемые результаты и способы определения их результативности.

Программа ориентирована на достижение личностных и предметных результатов, в том числе на развитие универсальных учебных действий.

Личностные результаты – потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья; умение работать в группе, команде.

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- Планирование общей цели и ролей в совместной деятельности;
- Правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Теоретическая подготовка (знания игр по темам программы)

Устный опрос проводится с целью выявления предметных знаний о играх вначале учебного года, а также в течении года по темам программы.

Тестирование проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

- **Низкий уровень** (1 балл) - ребёнок не может самостоятельно провести игру т.к. не может объяснить содержание и правила игры или отказывается проводить игру.
 - **Средний уровень** (2 балла) - ребёнок проводит самостоятельно игру, используя алгоритм проведения игр и помощь педагога, т.к. затрудняется в объяснениях содержания и правил игры.
 - **Высокий уровень**(3 балла) - ребёнок без замечания, без помощи педагога самостоятельно проводит игру, используя алгоритм проведения игр, считалки, вовлекая всех ребят в игру
- Все баллы суммируются и выводятся в общий балл.

Практическая подготовка

- **Наблюдение** осуществляется в течении всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.
- **Самостоятельное проведение игр** проводится в конце 1 полугодия как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.
- **Праздник** – проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по пройденному материалу 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.

Формы подведения итогов реализации программы

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

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- «День здоровья».

Учебный план программы.

№ п/п	Наименование модуля	Всего	Теория	Практика
1	«Быстрый»	42	6	36
2	«Сильный»	42	8	34
3.	«Ловкий»	42	6	36
	Электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий	по приказу учреждения Обеспечение образовательного процесса с применением образовательных технологий		
	ИТОГО	126	18	108

Электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий (по приказу учреждения).

Онлайн-сервисы для организации образовательного процесса с применением электронного обучения и дистанционных технологий:

1 Платформа Сферум.

2 В-контакте (организация обучения в группе «В контакте»)

В обучении с применением ЭО и ДОТ используются следующие организационные формы учебной деятельности:

- Консультация;
- Практическое занятие;
- Самостоятельная внеаудиторная работа;

Сопровождение предметных дистанционных курсов может осуществляться в следующих режимах:

- Тестирование on-line;
- Консультации on-line;

Учебно-тематический план 1 модуля «Быстрый»

Модуль разработан с личностно-ориентированным подходом и составлен так чтобы каждый ребенок имел возможность выбрать конкретный вид игровой деятельности, наиболее интересный и приемлемый для него.

Цель: формирование физических навыков и умений через подвижные игры, направленные на развитие физического качества: быстроты.

Задачи:

Обучающие:

- обучить технике выполнения физических упражнений, акцентируя внимание на скорость их выполнения;
- обучить правилам взаимодействия в игре.

Развивающие:

- развить интерес к осваиванию физической деятельности;
- развить быстроту реакции на часто меняющиеся условия и обстановку.

Воспитательные:

- воспитать навык самоконтроля;
- воспитать чувство взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- определение понятий «Колонна», «Шеренга», «Становись», «Равняйся», «Смирно» и др. строевые команды;
- технику выполнения физических упражнений;
- основные правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- безошибочно выполнять физические упражнения;
- строго соблюдать правила игры.

Обучающийся должен приобрести навык:

- выполнения физических упражнений в быстром темпе.

№ п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр.	2	2		Беседа, опрос
2.	Строевые упражнения	5	1	4	Беседа, опрос
3.	Разновидности ходьбы	17	0,5	15,5	выполнения упражнений,
4.	Разновидности бега	17	1,5	15,5	выполнения упражнений,
5.	Итоговое занятие	2	1	1	проведение соревнований
	ИТОГО	42	6	36	

СОДЕРЖАНИЕ 1 модуля «Быстрый»

1. Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр.

2. Строевые упражнения.

Теория: Техника безопасности на занятиях. Знакомство с понятиями «шеренга» и «колонна».

Знакомство со строевыми командами: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!».

Практика: Отработка строевых упражнений посредством подвижных игр «На свои места» или «В колонну», «Кто быстрее в колонну?» «По свистку», «Ловишки», «Не ошибись!», «Капитаны», «Невод».

3. Разновидности ходьбы.

Умеренная ходьба и ходьба с изменением направления.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка скорости передвижения и изменения направления передвижения в процессе подвижных игр «Змейка», «Ловишки», «Море волнуется раз, море волнуется два...».

Ходьба на носочках.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Серый волк и зайки», «Два берега».

Ходьба на пятках.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Два берега», «Ганцы на углях».

Ходьба широким шагом.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Не попади в болото», «Два берега».

Ходьба приставным шагом.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Скалолазы», «Тонкая тропинка».

Ходьба в полуприседе.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «В засаде», «Низкий потолок».

Ходьба в приседе.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Гуси за рекой», «В засаде».

4. Разновидности бега

Бег спиной вперед.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Поводырь», «По свистку».

Бег по сигналу.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Повар и котята», «Пятнашки».

Бег с высоким подниманием бедра.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Не попади в болото», «Рыбак и рыбки», «Быстро по местам».

Бег с захлестыванием голени.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Рыбак и рыбки», «Ловишки», «Ключик».

Бег с прямыми ногами.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «На рыбалке», «Буратино».

Бег спиной вперед.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Самый быстрый», «Поводырь», «К своим флажкам».

Бег с изменением направления. Бег змейкой.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Невод», «Два берега», «Рыбки».

5. Итоговое занятие.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований.

Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».

Учебно-тематический план 2 модуля «Сильный»

Цель: формирование физических навыков и умений через подвижные игры, направленные на развитие физического качества: силы.

Задачи:

Обучающие:

- обучить технике выполнения физических упражнений с учётом изменения мышечных усилий;
- обучить правилам взаимодействия в игре.

Развивающие:

- развить интерес к осваиванию физической деятельности;
- развить силовые качества.

Воспитательные:

- воспитать навык самоконтроля;
- воспитать чувство взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- технику выполнения физических упражнений;
- основные правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- выполнять комплексы физических упражнений;
- строго соблюдать правила игры.

Обучающийся должен приобрести навык:

- выполнения физических упражнений с изменением мышечных усилий.

№ п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр.	2	2		Беседа, опрос
2.	Разновидности прыжков	20	2,5	17	Беседа, опрос
3.	Упражнения с инвентарем	19	2,5	16	выполнения упражнений,
4.	Итоговое занятие	2	1	1	проведение

					соревнований
	ИТОГО	42	8	34	

Содержание 2 модуля «Сильные»

1. Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр.

2. Разновидности прыжков.

Прыжки на месте.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники прыжков на одной, на двух ногах, с поворотами вправо-влево в процессе подвижных игр «Болото», «Быстрый зайка», «Рыбак и рыбки», «Попрыгунчик».

Прыжки с продвижением вперёд и назад.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники прыжков с продвижением вперёд и назад в процессе подвижных игр «Быстрый зайка», «Не попадись», «Не попадись в болото».

Прыжки левым и правым боком.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники прыжков левым и правым боком в процессе подвижных игр «С кочки на кочку», «Найди свой домик».

Прыжки в длину с места

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники прыжков в длину с места в процессе подвижных игр «Кенгуру», «Зайцы и волк».

Прыжки через скакалку.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники прыжков на скакалке в процессе подвижных игр «Волк и семеро козлят», «Десятки».

Полуприседы и приседы.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники приседаний в процессе подвижных игр «Уточки», «Передал – садись»..

Прыжки с приседа, полуприседа.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения прыжков с приседа, полуприседа в процессе подвижных игр «Попрыгунчик», «Кто выше прыгнет?», «Лягушата».

3. Упражнения с инвентарем

Упражнения с использованием мяча.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений с использованием мяча (броски и ловля мяча, метание мяча на дальность, метание мяча в цель) обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Подвижные игры с использованием мяча «Мяч в стенку», «Гол в ворота», «Сбей предмет», «Пас в кругу» «Ловко и быстро».

Упражнения с использованием скакалки.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: подвижные игры «Часы», «Выручалочка» с использованием скакалки.

Упражнения с использованием каната.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: подвижные игры «Змейка», «Канатная дорожка», «Перетягивание каната» с использованием каната.

Упражнения с использованием обруча.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: подвижные игры «Каракатица», «Тоннель», «Быстрый змей», «Меткий стрелок» с использованием обруча.

Упражнения с использованием гимнастической скамейки.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: подвижные игры «С берега на берег», «По мосту» с использованием гимнастической скамейки.

Лазанье по гимнастической стенке.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: подвижные игры «Пожарные на учении», «Смелые верхолазы» с использованием гимнастической стенки.

Упражнения на развитие координации движений.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: подвижные игры «Баскетболист», «Кошки – мышки», «Мяч в цели», направленные на развитие координации движений.

4. Итоговое занятие. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований.

Практика: Проведение командных соревнований, «Веселых стартов»

Учебно-тематический план 3 модуля «Ловкий»

Цель: формирование физических навыков и умений через подвижные игры, направленные на развитие физического качества: ловкости.

Задачи:

Обучающие:

- обучить быстрому перестроению двигательной деятельности в соответствии с внезапно меняющейся обстановкой;
- обучить правилам взаимодействия в игре.

Развивающие:

- развить интерес к осваиванию физической деятельности;
- развить быстроту реакции;
- развить координационные способности;
- развить точность выполнения движения.

Воспитательные:

- воспитать навык самоконтроля;
- воспитать чувство взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности.

Предметные ожидаемые результаты

Обучающийся должен знать:

- основные правила подвижных игр.

Обучающийся должен уметь:

- быстро и точно исполнять двигательные действия;
- строго соблюдать правила игры.

Обучающийся должен приобрести навык:

- быстрого перестроения двигательной деятельности в соответствии с внезапно меняющейся обстановкой

№ п/п	Наименование раздела (модуля), темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр. Значение здорового образа жизни.	2	2		Беседа, опрос
2	Разновидности упражнений	19	1	18	Беседа, опрос
3	Прыжки в длину с места, разбега	5	0,5	4	выполнения упражнений,
4	Упражнения с использованием мяча	5	0,5	4	выполнения упражнений,
5	Эстафеты	10	1	9	
6	Итоговое занятие	2	1	1	проведение соревнований
	ИТОГО	42	6	36	

СОДЕРЖАНИЕ 3 модуля «Ловкий»

1. Вводное занятие. Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

2. Разновидности упражнений

Гимнастические вольные упражнения.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: отработка гимнастических вольных упражнений, направленных на развитие сложной координации движений в процессе подвижных игр «Мост над рекой», «Весёлая гимнастика», «Море волнуется раз...».

Акробатические упражнения.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка акробатических упражнений: прыжки, кувырки, перевороты, перекаты с простыми сочетаниями из этих элементов в процессе подвижных игр «Быстрые перекаты», «Ловцы и раки», «Акробатическая цепочка», «Быстро по местам».

Упражнения в лазании.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических

упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техник лазания: лазание в висе, смешанном висе или упоре, перелезания в процессе подвижных игр в процессе подвижных игр «Кто быстрее до флажка», «Пожарные на учении», «Скалолазы».

Упражнения в балансировании на уменьшенной площади опоры.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка упражнений в балансировании на уменьшенной площади опоры в процессе подвижных игр «Мост над пропастью», «С берега на берег», «Переправа».

Упражнения в перебрасывании, ловле различными способами малых набивных и теннисных мячей.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка навыка работы с мячами в процессе подвижных игр «Пас в кругу», «Ловко и быстро».

3. Прыжки в высоту и длину с места, разбега.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.

Практика: Отработка техники выполнения физического упражнения в процессе подвижных игр «Скок – поскок», «Вороны», «Достань до цели».

4. Упражнения с использованием мяча.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Броски и ловля мяча; Метание мяча на дальность; Метание мяча в цель;

Практика: проведение подвижных игр «Мяч в стенку», «Гол в ворота», «Сбей предмет», «Пас в кругу», «Ловко и быстро», «Граната», «Подбрось, поймай», «Лови – бросай» с использованием мяча.

5. Эстафеты.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил эстафет.

Практика: проведение подвижных игр, эстафет.

6. Итоговое занятие.

Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований.

Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение программы: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

Основу учебного материала составляют игры, сходные по определённым признакам:

- по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);

- по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);
- по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные);
- по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- по отношению к структуре занятий (для подготовительной, основной, заключительной частей занятий).

Материально-техническое обеспечение программы:

- школьный стадион
- спортивный зал
- баскетбольные мячи
- скакалки
- разноцветные фишки
- гимнастические маты
- шведская стенка
- гимнастические скамейки
- кегли
- обручи
- свисток

Кадровое обеспечение программы

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства. Уровень педагогических компетенций педагога дополнительного образования должен соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации № 652-н от 22 сентября 2021 г.

Список литературы:

1. Аранская О. С. Игра, как средство формирования здорового образа жизни. 2012 г.
2. Божович Л. И. Личность и её формирование в дет ком возрасте. СПб –Питер. 2017 г.
3. Колемаскина Л. В., Акимова Н. М. Игры для динамической паузы. Ж. «Начальная школа» 2012 г.
4. Подвижные игры: 1-4 классы / Авт.-сост. А. Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007 Г

Использование электронных образовательных ресурсов и дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ

- **Официальные ресурсы образовательного содержания**

- Министерство просвещения Российской Федерации <https://edu.gov.ru/>
- Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru>
- Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <http://window.edu.ru>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - <http://school-collection.edu.ru>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/>
- Сайт федеральных образовательных стандартов <http://standart.edu.ru/>
- Образовательные ресурсы сети Интернет <http://www.catalog.iot.ru>

Министерство спорта РФ

www.minsport.gov.ru

Министерство образования и науки РФ

<http://минобрнауки.рф/>

Российский футбольный союз

<http://www.rfs.ru/>

**Календарный учебный график
программы «Подвижные игры»**

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
Модуль «Быстрый»							
1	02.09.2024	14.00-15.30	2	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в месте проведения подвижных игр.	Лекция	спортивный зал	Беседа/опрос
2	04.09.2024	14.00-15.10	1,5	Знакомство с правилами игры «Игра белок». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3	09.09.2024	14.00-15.30	2	Знакомство с правилами игры «Щенок».	тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
4	11.09.2024	14.00-15.10	1,5	Знакомство с правилами игры «Разведчики». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5	16.09.2024	14.00-15.30	2	Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы	тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
6	18.09.2024	14.00-15.10	1,5	Знакомство с правилами игры «Хвостики». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7	23.09.2024	14.00-15.30	2	Знакомство с правилами игры «Паровоз». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8	25.09.2024	14.00-15.10	1,5	Повторение игры «Хвостики».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль

							умений и навыков, наблюдение
9	30.09.2024	14.00-15.30	2	Повторение игры «Паровоз».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10	02.10.2024	14.00-15.10	1,5	«Очистить свой сад от камней».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
11	07.10.2024	14.00-15.30	2	«Удочка с прыжками».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12	09.10.2024	14.00-15.10	1,5	«Салки со стопами».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13	14.10.2024	14.00-15.30	2	Ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
14	16.10.2024	14.00-15.10	1,5	Повторение игры «Кто сильнее?»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
15	21.10.2024	14.00-15.30	2	Повторение игры «Очистить свой сад от камней».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
16	23.10.2024	14.00-15.10	1,5	Повторение игры «Удочка с прыжками».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
17	30.10.2023	14.00-15.30	2	Повторение игры «Салки со стопами».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
18	28.10.2024	14.00-15.10	1,5	Что такое ловкость и гибкость? Подвижные игры с использованием	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков,

				ловкости и гибкости			наблюдение
19	30.10.2024	14.00-15.30	2	Знакомство с правилами игры «Быстрая тройка». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
20	04.11.2024	14.00-15.10	1,5	Знакомство с правилами игры «Снип–Снап». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
21	06.11.2024	14.00-15.30	2	Повторение игры «Быстрая тройка»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
22	11.11.2024	14.00-15.10	1,5	Повторение игры «Снип–Снап».	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
23	13.11.2024	14.00-15.30	2	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
24	18.11.2024	14.00-15.10	1,5	Итоговое занятие	Контрольные испытания	спортивный зал	Сдача контрольных нормативов
Модуль «Сильный»							
1	20.11.2024	14.00-15.30	2	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр.	Лекция	спортивный зал	Беседа/ опрос
2	25.11.2024	14.00-15.10	1,5	«Командные салки». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3	27.11.2024	14.00-15.30	2	«Сокол и голуби». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
4	02.12.2024	14.00-15.10	1,5	«Сокол и голуби», «Командные салки»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков,

							наблюдение
5	04.12.2024	14.00-15.30	2	Метко в цель. Упражнения для развития меткости.	Тренировка	спортивный зал	Беседа/ опрос Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
6	09.12.2024	14.00-15.10	1,5	Знакомство с правилами игры «Метко в цель». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7	11.12.2024	14.00-15.30	2	«Салки с большими мячами». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8	16.12.2024	14.00-15.10	1,5	Игра по правилам «Метко в цель», «Салки с большими мячами»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9	18.12.2024	14.00-15.30	2	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10	23.12.2024	14.00-15.10	1,5	Развиваем точность движений. Где это может пригодиться? Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
11	25.12.2024	14.00-15.30	2	«Вращающаяся скакалка». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12	13.01.2025	14.00-15.10	1,5	«Подвижная цель». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13	15.01.2025	14.00-15.30	2	«Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот».	тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
14	20.01.2025	14.00-15.10	1,5	Повторение ранее изученных игр.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль

							умений и навыков, наблюдение
15	22.01.2025	14.00-15.30	2	Игры на свежем воздухе. Из чего состоит воздух.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
16	27.01.2025	14.00-15.10	1,5	«Штурм высоты». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
17	29.01.2025	14.00-15.30	2	«Поезд». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
18	03.02.2025	14.00-15.10	1,5	«Салки». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
19	05.02.2025	14.00-15.30	2	Игры на свежем воздухе. Из чего состоит воздух.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
20	10.02.2025	14.00-15.10	1,5	«Штурм высоты». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
21	12.02.2025	14.00-15.30	2	«Поезд». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
22	17.02.2025	14.00-15.10	1,5	«Салки». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
23	19.02.2025	14.00-15.30	2	Игры на свежем воздухе. Из чего состоит воздух.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
24	24.02.2025	14.00-15.10	1,5	Итоговое занятие.	Спортивный праздник.	спортивный зал	Сдача контрольных нормативов
Модуль «Ловкий»							

1	26.02.2025	14.00-15.30	2	Вводное занятие. Правила безопасного поведения в места проведения подвижных игр. Значение здорового образа жизни.	Лекция	спортивн ый зал	Беседа/ опрос
2	03.03.2025	14.00-15.10	1,5	Удивительная пальчиковая гимнастика. Знакомство с правилами игры «Метание в цель».	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3	05.03.2025	14.00-15.30	2	Знакомство с правилами игры «Попади в мяч».	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
4	10.03.2025	14.00-15.10	1,5	Развитие выносливости. Знакомство и изучение правил игр.	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5	12.03.2025	14.00-15.30	2	«Назови имя». Игра по правилам.	тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
6	17.03.2025	14.00-15.10	1,5	«Бездомный заяц». Игра по правилам	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7	19.03.2025	14.00-15.30	2	Знакомство с правилами игры «Лошадки». Игра по правилам.	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8	24.03.2025	14.00-15.10	1,5	Повторение игр «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лошадки».	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9	26.03.2025	14.00-15.30	2	Повторение ранее изученных игр.	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10	31.03.2025	14.00-15.10	1,5	Что такое реакция? Игры на развитие	Тренировка	спортивн ый зал	Текущий контроль

				реакции.			умений и навыков, наблюдение
11	02.04.2025	14.00-15.30	2	«Пустое место». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12	07.04.2025	14.00-15.10	1,5	«Часовые и разведчики». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13	09.04.2025	14.00-15.30	2	«Пустое место», «Часовые и разведчики»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
14	14.04.2025	14.00-15.10	1,5	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
15	16.04.2025	14.00-15.30	2	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
16	21.04.2025	14.00-15.10	1,5	«Точный поворот». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
17	23.04.2025	14.00-15.30	2	«Второй лишний». Игра по правилам	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
18	28.04.2025	14.00-15.10	1,5	Повторение игр «Точный поворот», «Второй лишний»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
19	30.04.2025	14.00-15.30	2	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
20	05.05.2025	14.00-15.10	1,5	«Пустое место». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение

21	07.05.2025	14.00-15.30	2	«Часовые и разведчики». Игра по правилам.	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
22	12.05.2025	14.00-15.10	1,5	«Пустое место», «Часовые и разведчики»	Тренировка	спортивный зал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
23	14.05.2025	14.00-15.30	2	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	стадион	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
24	19.05.2025	14.00-15.10	1,5	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	стадион	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
25	21.05.2025	14.00-15.30	2	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	стадион	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
26	26.05.2025	14.00-15.10	1,5	Повторение ранее изученных игр	Тренировка	стадион	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
27	28.05.2025	14.00-15.30	2	Итоговое занятие.	Праздник игр..	стадион	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение