

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ №1

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом МАОУ лицея №1
Протокол № 1 «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ лицея №1
Храмцов А.В.
Приказ № 01-04-108/1
от 29 августа 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Подвижные игры»

Направленность программы: **физкультурно-спортивная**

Уровень программы: **стартовый**

Возраст обучающихся: **7-10**

Срок реализации программы: **1 год**

Составитель:
Скляренко Иван Игоревич,
педагог дополнительного образования

Канск
2024

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка.

Направленность (профиль) программы

Программа дополнительного образования направленность подвижные игры в рамках данной программы может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников. В использовании игровых элементов и задач, которые способствуют активному движению и физической активности участников. Основной целью таких игр является развитие физических качеств, формирование навыков командной работы, улучшение координации движений, развитие тактического мышления и повышение общей физической подготовленности.

Участие в подвижных играх помогает детям не только получить удовольствие, но и развить и улучшить множество физических, психических и социальных навыков. Игры стимулируют физическое развитие, улучшают моторику, силу, гибкость и выносливость, а также способствуют формированию и развитию социальных навыков, таких как работа в команде, сотрудничество, лидерство, управление эмоциями и соблюдение правил.

Новизна и актуальность

Новизна данной программы заключается в том, что игры разнообразны по интенсивности, сложности и требованиям к физическим навыкам, позволяя каждому учащемуся развиваться в соответствии с возможностями. Также программа ставит целью создание веселой и мотивирующей атмосферы во время занятий физкультурой, где учащиеся получают удовольствие от участия в подвижных играх и достигают результатов через позитивный опыт. Игры могут предлагать элементы соревнования, достижения целей и наградной системы для стимулирования учащихся к активной физической деятельности.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что на современном этапе развития общества, дети очень перегружены цифровыми технологиями, у них наблюдается ухудшение здоровья из-за малоподвижного образа жизни, приобретаются ряд физических недостатков и вредных привычек.

В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления учащихся, эффективных средств развития двигательной сферы, интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности учащихся на свежем воздухе. Программа подвижных игр поможет бороться с этими проблемами, предлагая разнообразные и интересные формы физической активности, привлекательные для учащихся.

Физическая активность играет ключевую роль в поддержании хорошего физического и психического здоровья, развитии физических навыков и улучшении учебных результатов - Программа подвижных игр способствует повышению уровня физической активности учащихся и формированию регулярных привычек в области физической активности.

Подвижные игры способствуют развитию координации движений, гибкости, силы, баланса и других физических навыков.

Отличительные особенности программы

Программа дополнительного образования Подвижные игры, обучающиеся имеют возможность познакомиться с новыми формами физической активности, которые могут быть недоступны в стандартной программе физической культуры. Программа

предоставляет больше свободы и самоопределения обучающимся. Обучающиеся могут принимать активное участие в организации и проведении игр, руководить группой, развивать творческое мышление и принимать инициативу. А так же формирование привычки активному отдыху, направленно на повышение умственной и мышечной работоспособности, отдаление и снижение степени проявления признаков утомления с использованием спортивных и подвижных игр является одним из важных результатов внедрения программы. Развитие координации, быстроты и точности движений– все это является неотъемлемой частью занятий подвижными и спортивными играми, необходимым для укрепления здоровья и развития учащихся

Адресат программы

Данная программа будет актуальна и интересна для обучающихся, которые имеют интерес к физической активности, спорту и подвижным играм, возможность практиковать свои навыки, развиваться и наслаждаться физической активностью в рамках увлекательных игровых ситуаций. Обучающиеся, которые склонны к быстрому надоеданию и ищут постоянного разнообразия, найдут интерес и удовлетворение в различных играх и активностях, предложенных программой.

Программа рассчитана на детей 7-10 лет (2-4 класс).

Наполняемость групп - 15-30 человек

Форма организации занятий – коллективный.

Срок реализации программы и объем учебных часов:

1 год обучения, 33 часа, 1 раз в неделю по 1 часу.

Форма обучения – очная, состав группы – постоянный.

Режим занятий - продолжительность каждого занятия 40 минут

1.2 Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Цель: Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи программы:

- научить учащихся правилам подвижных игр;
- познакомить учащихся с техникой безопасности на занятиях и правилами проведения самостоятельных занятий;
- формировать устойчивый интерес учащихся к подвижным играм, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

1.3 Содержание программы Учебный план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Игры с бегом	6	1	5	Практическая работа
2	Игры с мячом	6	-	6	Практическая работа
3	Игры с прыжками	4	-	4	Практическая работа.
4	Игры малой подвижности	5	-	5	Практическая работа
5	Эстафеты	7	-	7	Практическая работа
6	Русские народные игры	5	1	4	Практическая работа
	Итого часов:	33	2	31	

Календарно-тематическое планирование по датам (Приложение 1)

1.4 Планируемые результаты

Личностные результаты

- формирование у детей навыков самоорганизации, самодисциплины и самостоятельности. Развить в них интерес к самообразованию и саморазвитию, умение находить и использовать информацию. В результате обучения, учащиеся станут способными инициировать и контролировать свой собственный прогресс в учебе и жизни.
- формирование у детей навыков эмоционального интеллекта и социальной компетентности. Развить у них способность управлять своими эмоциями и эмпатию к другим людям. В результате обучения, обучающиеся выработают навыки эффективной коммуникации, резолюции конфликтов и уважения ко всем участникам образовательного процесса. Они научатся сопереживать, проявлять заботу и поддержку, а также строить здоровые взаимоотношения на основе взаимного уважения и толерантности.

Метапредметные результаты

- Развитие коммуникативных навыков: умение сотрудничать с другими учащимися, обсуждать стратегии и тактики игры, выражать свои мысли и чувства.
- Улучшение навыков решения проблем: в подвижных играх часто возникают ситуации, когда нужно быстро принимать решения и находить выход из сложных положений.
- Развитие саморегуляции и самоконтроля: учащимся необходимо контролировать свои эмоции и действия, чтобы не нарушать правила игры и достигать поставленных целей.
- Формирование умения работать в команде: подвижные игры способствуют развитию навыков взаимодействия с другими игроками, умению работать в коллективе и находить компромиссы.
- Повышение уровня физической активности: подвижные игры помогают развивать координацию движений, ловкость, скорость и выносливость.

- Развитие критического мышления: анализ своих действий и ошибок, а также наблюдение за действиями других игроков способствует развитию критического мышления
- Расширение кругозора и развитие познавательных интересов: во время игр участники могут узнавать о новых видах спорта, их истории, правилах и особенностях

Предметные результаты

- Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация).
- Формирование двигательных умений и навыков.
- Укрепление здоровья и повышение уровня физической подготовленности.
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
- Развитие интереса к подвижным играм, активное их использование во время досуга.
- Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1 Календарный учебный график

№п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончаний занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	2024-2025	06.09.2024	23.05.2025	33	33	33	1 раз в неделю, 40 минут	май, 2025

2.2 Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение

- спортивный зал, который соответствует санитарно-гигиеническим нормам и требованиям техники безопасности, пожарной безопасности и позволяет проводить занятия;

- мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, маты.

Кадровое обеспечение

Программа дополнительного образования Подвижные игры реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее педагогическое образование и

переподготовку с присвоением квалификации «Организация деятельности педагога дополнительного образования в области физической культуры и спорта».

2.3 Формы аттестации и оценочные материалы

Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов: тестирование.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: организация подвижных игр и развитые физические качества.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе дополнительного образования Подвижные игры проводится:

- *входной контроль* - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся. Осуществляется посредством наблюдения и опроса при знакомстве с Подвижными играми.

- *текущий контроль* - оценка уровня и качества освоения разделов программы; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года посредством соревнований и эстафет предусмотренных программой.

- *итоговый контроль* - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года. ПАТ: Тестирование по пройденной программе. Форма оценивания: «зачёт»

2.4 Методические материалы

Методика работы по программе дополнительного образования Подвижные игры включает в себя:

- особенности организации образовательного процесса: очно;
- методы обучения (словесный, наглядный, практический);
- формы организации образовательного процесса: групповая, игровая;
- формы организации учебного занятия: упражнения, тренировки, игра, и т.д.;
- педагогические технологии: технология развивающего обучения, технология коллективного совместного обучения (работа в паре, групповая работа, работа в парах сменного состава), игровые технологии, здоровье сберегающие технологии, технологии обучения здоровому образу жизни, технология раскрепощенного развития детей, информационно-коммуникационные технологии;

2.5 Список литературы

1. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО 2007 г. - / Мастерская учителя
2. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
3. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
4. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.
5. Тихомирова Л.Ф. 1. Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.

**Календарно-тематическое планирование
2-3 класс**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1.	Техника безопасности (ТБ) при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	1	6.09
2.	Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».	1	13.09
3.	Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	1	20.09
4.	Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».	1	27.09
5.	Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».	1	4.10
6.	«Волк во рву», «Пустое место».	1	11.10
7.	«Кот идет», «Товарищ командир»	1	18.10
8.	«Не ошибись», «Беги и собирай».	1	25.10
9.	ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».	1	8.11
10.	«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».	1	15.11
11.	«Зима - лето», «Космонавты».	1	22.11
12.	Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».	1	29.11
13.	« Пчелки», «красная шапочка».	1	6.12
14.	Веселые эстафеты с предметами.	1	13.12
15.	«Пустое место, «Кот идет».	1	20.12
16.	«Птица без гнезда», «Быстро по местам».	1	27.12
17.	ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима-лето».	1	10.01
18.	«День и ночь», «Воробьи вороны».	1	17.01
19.	«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.	1	24.01
20.	«Колдунчики», Пчелки».	1	31.01
21.	«Через ручеек», «У ребят порядок строгий».	1	7.02
22.	«Стая», «Быстро по местам».	1	14.02
23.	«Летучие рыбки», «Жмурки».	1	21.02
24.	«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».	1	28.02
25.	«Проведи», «Пчелки».	1	7.03
26.	«Светофор», «Гуси – лебеди».	1	14.03
27.	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».	1	21.03
28.	Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».	1	4.04
29.	«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».	1	11.04
30.	«Волк во рву», «Пустое место».	1	18.04
31.	Беседа. Закаливание организма. «Кошки мышки».	1	25.04
32.	«Воробушки», Берегись Буратино».	1	16.05
33.	«Зима - лето», «Космонавты». ПАТ.	1	23.05
Итого часов		33	

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
34.	Техника безопасности (ТБ) при занятиях подвижными играми. «Вороны и воробьи»	1	6.09
35.	«Ловишки - перебежки»	1	13.09
36.	«Паровозик»	1	20.09
37.	«Белые медведи»	1	27.09
38.	«На одной ноге»	1	4.10
39.	«Петушиный бой»	1	11.10
40.	«Веселый бег»	1	18.10
41.	«Попади в след»	1	25.10
42.	Игры по выбору	1	8.11
43.	«Охота на тигра»	1	15.11
44.	«Донести рыбку»	1	22.11
45.	«Черепаша-путешественница»	1	29.11
46.	«Собери орехи»	1	6.12
47.	«Повяжу я шелковый платочек»	1	13.12
48.	«Дриблинг»	1	20.12
49.	«Пролезь сквозь мешок»	1	27.12
50.	Русская народная игра «Краски»	1	10.01
51.	Русская народная игра «Стадо»	1	17.01
52.	Таджикская народная игра «Горный козел»	1	24.01
53.	Украинская народная игра «Хлебец»	1	31.01
54.	Чеченская народная игра «Игра в башню»	1	7.02
55.	Дагестанская народная игра «Достань шапку»	1	14.02
56.	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	1	21.02
57.	Казахская народная игра «Конное состязание»	1	28.02
58.	«Увернись от мяча»	1	7.03
59.	«Сильный бросок»	1	14.03
60.	«Космонавты»	1	21.03
61.	«Второй лишний»	1	4.04
62.	«Два мороза»	1	11.04
63.	«Большой мяч»	1	18.04
64.	«Шлепанки»	1	25.04
65.	«Прятки»	1	16.05
66.	«Из круга выбивало» ПАТ.	1	23.05
Итого часов		33	