

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа  
поселка Ново - Гурьевское»**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «05» июня 2023 г.  
Протокол № 7

Утверждаю:  
Директор  
МАОУ ООШ п. Ново-Гурьевское  
\_\_\_\_\_ Е.А. Кузьмина  
от «07» июня 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно – спортивной направленности направленности  
«Подвижные игры»  
Возраст обучающихся: 6-11 лет  
Срок реализации: 9 месяцев**

Автор программы:  
Митина Наталья Михайловна  
учитель начальных классов

п. Ново – Гурьевское, 2023 год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Программа "Подвижные игры" посвящена дисциплине физической культуры и спорта, которая включает в себя разнообразные физические упражнения, направленные на развитие определенных физических качеств и формирование навыков движений у детей младшего и среднего школьного возраста. "Подвижные игры" - это область физической культуры, которая ориентирована на развитие физических и социальных навыков у детей через осуществление комплексной системы физических упражнений, при помощи игр и соревнований. Занятия по данной программе помогут учащимся укрепить иммунитет, улучшить работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развить координацию движений, гибкость, силу, выносливость, быстроту, ловкость, а также способствуют формированию коммуникативных навыков, толерантности и развитию социальных контактов. В рамках программы предлагаются разные виды активностей, в том числе игры, упражнения, различные виды соревнований, массовые занятия на свежем воздухе. Все занятия проводятся под руководством учителя, который будет контролировать правильность выполнения движений и следить за безопасностью детей. Программа "Подвижные игры» представляет собой не только обычные занятия по физической культуре, но и прекрасную возможность для ребенка научиться работать в команде, принимать решения в условиях возникновения трудностей, развивать лидерские качества. Наука изучает различные аспекты: методики и организации занятий подвижными играми, физическое развитие детей, развитие социализации и интеллекта, методы коррекции физических и моральных недостатков, зависимости между степенью занятости детей в подвижных играх и психофизиологическими показателями. Наука подвижных игр решает проблемы воспитания и развития детей через игровую деятельность. Она помогает бороться с проблемными явлениями такими как отставание в развитии, нарушение психического здоровья, физическая слабость у детей. Наука также решает проблему формирования социальных навыков, укрепления здоровья и повышения общей уверенности в себе.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

1. Двигательная активность. Одна из основных идей программы - включать детей в активные и разнообразные упражнения и игры, которые помогают развивать их моторику и координацию движений. Двигательная активность также способствует поддержанию физической формы и здоровья у детей.
2. Игры в команде. Программа "Подвижные игры" поощряет игру в команде, что помогает развивать социальные навыки у детей, такие как работа в коллективе, коммуникация, умение решать конфликты и т.д. Одними из наиболее эффективных игр в команде являются игры с мячом, настольные игры и бег с эстафетой.
3. Развитие творческих способностей. Программа "Подвижные игры" также поддерживает развитие творческих способностей у детей, например, через сочинение новых игр или придумывание новых упражнений. Это помогает развивать у детей креативность и фантазию.
4. Активный образ жизни. Программа "Подвижные игры" также пропагандирует активный образ жизни среди детей, в том числе и вне школы. Это непосредственно связано с развитием физической формы и здоровья у детей, и

помогает им быть более энергичными и продуктивными в повседневной жизни.

Все эти идеи вместе сформировали основу программы "Подвижные игры" для детей 1-4 классов, которая позволяет сделать занятия спортивным временем, не только здоровью, но также развитию социальных и творческих навыков.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

Основные термины и понятия: Подвижные игры, физическое развитие, социализация, интеллект, корректировка, психофизиологические показатели.

1. Подвижные игры - это игры, при которых дети выполняют физические упражнения и двигаются, развивая свои физические возможности и координацию.
2. Развитие двигательных навыков - цель программы, которая направлена на развитие координации, гибкости, силы и выносливости у детей.
3. Тренировочный процесс - это планирование и проведение физических упражнений, направленных на развитие конкретных навыков и качеств.
4. Физическое здоровье - одна из основных целей программы, так как подвижные игры помогают укреплять и улучшать здоровье и физическую форму ребенка.
5. Эмоциональное благополучие - в результате занятий дети получают удовольствие от активности, повышают свое настроение и общаются со сверстниками, что также является важным аспектом программы.
6. Индивидуальный подход - программа учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка и предоставляет возможность развиваться и тренироваться в соответствии с его индивидуальными потребностями и возможностями.

### **Направленность программы**

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

### **Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – базовый.

### **Актуальность образовательной программы**

Образовательная программа "Подвижные игры" является актуальной для детей 1-4 классов по ряду причин. Во-первых, игры являются естественным способом для детей изучать окружающий мир и учиться взаимодействовать с ним. Развивая моторную активность и координацию движений, дети становятся более уверенными и продуктивными в повседневной жизни. Во-вторых, "Подвижные игры" помогают детям развивать социальные навыки, такие как коммуникация, сотрудничество и лидерство. В играх дети учатся работать в группе, распределять роли и решать возникающие проблемы. В-третьих, "Подвижные игры" способствуют улучшению физического здоровья детей, предотвращают развитие ожирения и других заболеваний. Игры помогают детям развивать выносливость, быстроту и ловкость, повышают их уровень физической активности. В-четвертых, "Подвижные игры" развивают у детей творческий потенциал и фантазию, давая возможность проявлять свой индивидуальный подход к решению игровых задач.

Таким образом, образовательная программа "Подвижные игры" является актуальной и важной для детей 1-4 классов, так как она способствует их комплексному развитию и подготавливает их к жизни.

### **Педагогическая целесообразность образовательной программы**

Образовательная программа "Подвижные игры" является целесообразной для детей 1-4 классов, так как она охватывает множество аспектов развития детей. Во-первых, данная программа способствует развитию физических способностей детей. Ведь подвижные игры позволяют развивать координацию движений,

гибкость, силу, баланс, выносливость и другие физические качества. Они также увеличивают выносливость, улучшают метаболизм и общее физическое самочувствие. Во-вторых, программа "Подвижные игры" помогает развивать социальные навыки. В процессе игр дети учатся работать в коллективе, коммуницировать, решать конфликты, выражать свои мысли и идеи. Также программу можно организовать таким образом, чтобы повышать уровень дисциплины и воспитывать у детей ответственность за свои поступки. В-третьих, программа "Подвижные игры" помогает детям улучшить психологический и эмоциональный статус. В игровой форме они получают энергетическое обеспечение в своем организме, что увеличивает уровень радости и надежды на будущее. Также благодаря подвижным играм дети улучшают способность к отдыху и повышают уровень удовольствия от жизни. В целом, образовательная программа "Подвижные игры" является целесообразной для детей 1-4 классов, так как она охватывает множество аспектов развития детей, включая физические способности, социальные навыки, психологический и эмоциональный статус.

### **Практическая значимость образовательной программы**

Программа "Подвижные игры" имеет большую практическую значимость для детей 1-4 классов.

1. Физическое здоровье: в рамках программы дети учатся двигаться, развивать свои мышцы и координацию движений. Это помогает им улучшить свою физическую форму, что в свою очередь снижает риск возникновения больших проблем в будущем.
2. Социальные навыки: в ходе занятий дети учатся работать в команде, общаться друг с другом и решать проблемы вместе. Также они учатся уважительному отношению друг к другу и, соответственно, получают навыки социализации в неформальных условиях.
3. Развитие моторики: большинство игр, используемых в программе, ориентированы на улучшение моторики детей. Это помогает им улучшать свои навыки на всех уровнях и контролировать свое тело.
4. Развитие креативности: в режиме игр дети учатся быть креативными, придумывать новые игры и развивать свои умения находить нестандартные решения и ориентироваться в будущих ситуациях.
5. Повышение учебных возможностей: участие в программе "Подвижные игры" тесно связано с успехом в учебных задачах. Это помогает детям лучше удерживать внимание, развивать мышление, а также снижать риск стресса, связанного с трудными учебными заданиями. Эти преимущества делают программу "Подвижные игры" практически важной для детей 1-4 классов в развитии их социальных и физических возможностей.

### **Принципы отбора содержания образовательной программы**

1. Учитывать возрастные особенности детей. Образовательная программа "Подвижные игры" для детей 1-4 классов разработана с учетом возрастных особенностей детей. Игры и упражнения должны быть адаптированы к физическим и психологическим возможностям детей этого возраста.
2. Развивать физические навыки и умения. В состав образовательной программы "Подвижные игры" следует включать игры и упражнения, которые способствуют формированию и развитию физических навыков и умений, таких как координация движений, гибкость, сила и выносливость. Кроме того, важно, чтобы игры и упражнения были направлены на развитие функциональных систем организма:

сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной и т.д.

3. Обеспечить вариативность и разнообразие. В образовательной программе "Подвижные игры" необходимо предусмотреть большое количество различных игр и упражнений, которые будут интересны и доступны для детей разного возраста и физической подготовленности. Разнообразие игр и упражнений позволит не только более эффективно развивать физические качества детей, но и обеспечит им дополнительную мотивацию и интерес к занятиям.

4. Соблюдать принцип безопасности. В отборе содержания образовательной программы "Подвижные игры" необходимо учитывать принцип безопасности. Игры и упражнения должны быть безопасны для детей и не представлять угрозы для их здоровья и жизни. Необходимо использовать специальное оборудование и приспособления для обеспечения безопасности детей во время занятий.

5. В процессе отбора содержания образовательной программы "Подвижные игры" необходимо учитывать цели и задачи программы. Содержание программы должно соответствовать общей цели развития физических качеств у детей и быть ориентированным на достижение конкретных задач, таких как укрепление здоровья, формирование правильной осанки, развитие координации движений и т.д.

### **Отличительные особенности программы**

Программа "Подвижные игры" для детей 1-4 классов имеет несколько отличительных особенностей:

1. Универсальность: программа подходит для детей разного возраста и уровня физической подготовки, так как содержит игры и упражнения разной сложности.
2. Развитие моторики: программа направлена на развитие моторных навыков и координации движений у детей. Упражнения включают различные виды движения: бег, прыжки, ползание, метание.
3. Развитие социальных навыков: в ходе игр дети учатся общаться друг с другом, сотрудничать, проявлять уважение к соперникам и партнерам.
4. Развивающий характер: программа использует игры, направленные на развитие внимания, памяти, логики, а также решение проблем.
5. Безопасность: игры и упражнения предусматривают меры безопасности, что позволяет избежать травм и повреждений.
6. Интересность и разнообразие: программа включает в себя множество игр, каждая из которых имеет свою цель и задачу, что делает занятия интересными и разнообразными для детей.
7. Мобильность: программа может быть проведена как в помещении, так и на улице, а также может включать игры с использованием специального оборудования или без него.

### **Цель образовательной программы.**

Основная цель дополнительной общеразвивающей программы - создание благоприятных условий для организации здоровьесберегающей среды в школе, формирование у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой, чтобы дети получили положительный опыт движения, научились ощущать свое тело и справляться с физическими задачами, помнить необходимость здоровья и уметь весело проводить время в компании сверстников.

### **Задачи образовательной программы**

Образовательные:

- формирование у детей интереса к физической активности и здоровому образу

жизни;

- освоение базовых элементов спортивных игр, таких как бег, прыжки, игры с мячом и др.

- подготовка детей к участию в спортивных соревнованиях.

**Развивающие:**

- развитие координации движений, баланса и гибкости;

- развитие силы и выносливости;

- развитие индивидуальности и творческого подхода к физическим упражнениям.

**Воспитательные:**

- развитие коммуникативных навыков и дисциплины в командных видах спорта;

- воспитание позитивного отношения к здоровому образу жизни и занимательной физкультуре;

- формирование умения работать в коллективе и следовать правилам игры;

- развитие самооценки и уверенности в своих силах.

### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Обучающиеся, участвующие в реализации образовательной программы "Подвижные игры", имеют разнообразные психолого-педагогические характеристики, о которых следует учитывать при организации обучения:

1. **Физическое развитие:** дети находятся в процессе формирования своих физических возможностей, имеют различную физическую подготовку и развитие навыков движения.

2. **Возрастные особенности:** дети имеют разный уровень когнитивного развития и психологическую зрелость, что необходимо учитывать при подборе заданий и к формированию учебного плана.

3. **Индивидуальные особенности:** каждый ребенок уникален и имеет свои индивидуальные особенности, такие как интеллектуальная и эмоциональная сферы, которые необходимо учитывать в процессе обучения.

4. **Опыт участия в спортивных мероприятиях:** обучающиеся могут иметь разный уровень опыта в спортивных мероприятиях, что также необходимо учитывать при организации занятий.

5. **Социальный статус и культурное окружение:** различия в социальном статусе и культурном окружении могут влиять на способности и интересы обучающихся, и может повлиять на их мотивацию к занятиям.

6. **Интересы и мотивации:** у детей имеются различные интересы и мотивации, которые необходимо учитывать при организации занятий, чтобы поддерживать их мотивацию и участие в учебном процессе.

В итоге, для успешной реализации образовательной программы "Подвижные игры" необходимо учитывать все вышеперечисленные психолого-педагогические характеристики обучающихся, чтобы создать максимально благоприятное рабочее окружение и выработать правильный подход к каждому ученику.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 10-15 человек. Программа реализуется в рамках проекта «Губернаторская программа «Умная ПРОдленка» и является бесплатной для обучающихся.

Организация образовательного процесса имеет несколько особенностей:

1. Физическая подготовленность детей. При планировании подвижных игр необходимо учитывать возрастные особенности детей и их физическую подготовленность. Сложность игр должна соответствовать возрасту и уровню физической подготовки детей.
2. Развитие социальных навыков. Подвижные игры помогают развивать коммуникативные навыки и общение с другими детьми. Важно обеспечить возможность сотрудничества и взаимодействия между детьми, чтобы они учились решать конфликты и принимать решения в группе.
3. Учет индивидуальных особенностей детей. Некоторые дети могут иметь ограничения в физической активности, поэтому важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и предоставлять ему соответствующие условия для участия в играх.
4. Оптимальная продолжительность занятий. Занятия подвижными играми должны быть достаточно короткими, чтобы избежать перенапряжения детей. Оптимальное время занятия - от 30 до 45 минут, в зависимости от возраста и уровня физической подготовки детей.
5. Использование различных материалов и оборудования. Для обеспечения разнообразия и интересности подвижных игр необходимо использовать различные материалы и оборудование, например, мячи, скакалки, кольца, метательные игры, игры с битами.
6. Игры с упором на здоровый образ жизни. Важно использовать подвижные игры, которые помогают детям понять важность здорового образа жизни, например, игры на свежем воздухе, игры, которые способствуют укреплению мышц и костей, игры с элементами йоги и танца.
7. Безопасность. При организации подвижных игр необходимо обеспечить безопасность детей, контролировать игры и присутствовать во время занятий. Особое внимание необходимо уделять безопасности при использовании материалов и оборудования.

### **Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность одного занятия исчисляется в академических часах – 40 минут. Недельная нагрузка: 2 часа.

Занятия проводятся 2 раз в неделю.

### **Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 1 год обучения. На полное освоение программы требуется 72 часа.

### **Основные методы обучения**

1. Игровой метод. В курсе используется большое количество игр и упражнений, способствующих развитию моторных навыков и координации движений у детей.
2. Метод проблемного обучения. Данный метод позволяет участвующим детям находить решения проблем, возникающих в процессе игры, а также расширять свой кругозор и знания в области сопряженных с игрой тематик.
3. Метод педагогической имитации. В процессе занятий дети осваивают приемы и навыки, используемые в различных видах спорта, путем имитации действий тренеров и профессиональных спортсменов.
4. Метод физической культуры и спорта. В рамках программы дети не только

учатся подвижным играм, но и знакомятся с различными видами спорта, осваивают технику выполнения упражнений и совершенствуют свои навыки.

5. Метод наглядного обучения. В процессе занятий используются различные наглядные материалы, рисунки, картинки и видеофрагменты, которые способствуют лучшему усвоению материала.

6. Комплексный метод. В курсе используются разнообразные методы, подходящие для максимально эффективного и всестороннего развития детей, а также формирования здорового и активного образа жизни.

### **Планируемые результаты**

Образовательные результаты:

- Развитие моторных навыков и координации движений.
- Владение правильной и безопасной техникой выполнения упражнений.
- Освоение базовых понятий о физической культуре и спорте.
- Расширение кругозора и знаний о сопряженных с игрой тематиках, таких как экология, здоровый образ жизни, культура.

Развивающие результаты:

- Развитие физических и психологических качеств, таких как выносливость, сила, быстрота, ловкость, внимание, концентрация.
- Укрепление здоровья и формирование здорового образа жизни.
- Развитие социальных качеств, таких как умение работать в команде, сотрудничество, адекватное восприятие побед и поражений.

Воспитательные результаты:

- Формирование коммуникативной культуры и умения эффективно общаться.
- Развитие самостоятельности, инициативности и ответственности.
- Сознательное отношение к своему здоровью и окружающей среде.
- Создание интереса к занятиям физической культурой и спортом как средством поддержания здоровья и качественной жизни.

### **Механизм оценивания образовательных результатов.**

1. Оценка физического развития. Для оценки физического развития используются стандартные инструменты, такие как измерение роста, веса, грудной клетки, а также определение показателей силы, выносливости и гибкости.

2. Оценка уровня моторных навыков. Моторные навыки оцениваются в процессе выполнения конкретных упражнений и заданий. Оценка осуществляется по шкале, которая учитывает правильность выполнения, скорость, точность, координацию движений.

3. Оценка уровня социализации. Социализация оценивается по развитию коммуникативных навыков, умению работать в группе, соблюдению правил корректного поведения и уважения к окружающим.

4. Оценка когнитивных навыков. Когнитивные навыки оцениваются в процессе работы с учебными материалами, выполнения заданий на поиск решений, анализа и синтеза информации.

5. Оценка уровня активности и мотивации. Активность и мотивация оцениваются по уровню участия ребенка в занятиях, его стремлению к достижению определенных результатов, уровню самостоятельности и ответственности за свои действия.

В конце учебного года проводится итоговое занятие в виде соревновательных упражнений, которое позволяет определить уровень достижения целей и задач программы.

## **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

Одной из форм подведения итогов может быть проведение спортивного соревнования, где дети смогут продемонстрировать свои достижения и умения, полученные в процессе занятий. При этом необходимо проводить соревнование в духе здоровой конкуренции, где участники будут поддерживать друг друга и уважать правила игры.

В рамках программы можно провести выставку, где дети смогут представить свои картинки, рисунки и другие работы, выполненные ими в ходе занятий.

Также можно организовать презентацию, где дети расскажут о своих достижениях и новых знаниях, полученных во время занятий.

Другой формой подведения итогов может быть проведение общего сбора, где дети смогут поделиться своими впечатлениями от занятий, а также выразить благодарность педагогу. Важно, чтобы каждый участник программы получил диплом или грамоту, которые подчеркнут его достижения и оценят усилия по достижению поставленных целей.

## **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.**

1. Подготовка кадров. Для реализации данной программы необходимо наличие квалифицированных педагогических кадров, способных осуществлять процесс обучения, строить контакты с детьми, использовать различные формы и методы обучения.

2. Подбор оборудования. Для проведения занятий в рамках данной программы необходимо обеспечить специальное оборудование, которое будет способствовать развитию моторики, координации движений и физической выносливости детей.

Материально-технические условия. (обеспечение):

- рабочее место педагога, оснащено компьютером с выходом в сеть ИНТЕРНЕТ;

Спортивный зал 9х18м, раздевалки, спортивная.

Оборудование спортивного зала:

- Мячи резиновые;
- Мячи теннисные;
- Маты гимнастические;
- Шведская стенка;
- Скакалки
- Кегли
- Канат
- Набор для подвижных игр

3. Привлечение родителей. Родители ребенка должны поддерживать интерес ребенка к занятиям, содействовать в подготовке детских игр и мероприятий.

4. Создание безопасной обстановки. Ребенок должен чувствовать себя в безопасности на занятиях, поэтому необходимо обеспечить безопасность на игровой площадке и во время занятий. Для этого необходимо контролировать соответствие оборудования требованиям безопасности.

5. Разнообразие занятий. Чтобы дети были заинтересованы в занятиях, необходимо разнообразить занятия, предлагать разнообразные игры и мероприятия, которые будут способствовать физическому и эмоциональному развитию детей.

6. Контроль и оценка результатов. В процессе занятий необходимо осуществлять

контроль и оценку результатов, чтобы определить успешность процесса обучения. Это позволит корректировать программу и добиваться наилучших результатов при реализации данной образовательной программы.

### **Уровневая дифференциация образовательной программы**

1. Начальный уровень - на этом уровне основной упор делается на развитие координации движений, баланса и гибкости. Дети знакомятся с играми на бег, подпрыгивание, прыжки через скакалку и мячи. Также включаются элементы гимнастики для развития баланса и гибкости.

2. Средний уровень - на этом уровне дети должны уметь выполнять уже более сложные движения. В программе включаются игры на бег с препятствиями, подпрыгивания через низкие препятствия и длинные прыжки. Дополнительно уделяется внимание развитию выносливости.

3. Продвинутый уровень - на этом уровне дети должны быть готовы к выполнению более сложных упражнений и игр. В программе включаются игры на бег с более высокими препятствиями, подпрыгивания через высокие препятствия, длинные прыжки на месте и бег. Важно развивать координацию движений, быстроту и силу.

Таким образом, уровневая дифференциация позволяет адаптировать программу "Подвижные игры" к различным возрастным группам и индивидуальным потребностям детей.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

1 год (72 часа, 2 часа в неделю)

### **Тема 1. Введение в подвижные игры (2 часа)**

Теория:

- Определение понятия "подвижные игры"
- История возникновения и развития подвижных игр
- Роль подвижных игр в развитии детей
- Основные принципы подвижных игр

Практика:

Игра и забава - это неотъемлемые элементы подвижного отдыха на свежем воздухе. Дети должны иметь возможность иметь время для руководства своими собственными подвижными играми, которые включают все эти элементы, но не требуют формального тренировочного подхода. Подвижные игры, в которые играют дети.

### **Тема 2. Профилактика и техника безопасности (6 часов)**

Теория:

- Правила безопасности на занятиях подвижными играми
- Профилактика травм и меры первой помощи
- Обучение участников управлять риском и принимать ответственность

Практика:

- Упражнения на растяжку и разминку
- Использование безопасных игр и материалов
- Обучение технике правильного движения
- В начале каждого занятия проводить обязательную разминку на различную группу мышц. После занятий необходимо проводить заминку, дополнительные упражнения на растяжку и расслабление мышц.

### **Тема 3. Разновидности подвижных игр (14 часов)**

Теория:

- Игры с мячом
- Игры на свободную тему
- Игры на тренировку физических упражнений
- Игры на развитие социальных навыков

Практика:

Прыжки на скакалке, хождение по лавочке, бег с препятствиями, игра "шахматы на скорость", забеги в мешках, малые формы легкой атлетики, эстафеты на беговые дистанции, на сложность, на подвижность и т.д.

#### **Тема 4. Организация и проведение подвижных игр (12 часов)**

Теория:

- Основные правила проведения подвижных игр
- Подбор игр для конкретной возрастной группы
- Организация игр с учетом количества участников и площадки

Практика:

Выполнение упражнений на развитие координации движений, мышечной силы, быстроты, ловкости.

#### **Тема 5. Физические упражнения для подвижных игр (16 часов)**

Теория:

Знакомство с физическими упражнениями: бегание, прыжки, метание и ловля, поднимание на четвереньках, цирковые трюки, различные упражнения для боковой и вертикальной подвижности,

Практика:

- Растяжка и зарядка для подготовки к играм
- Упражнения на развитие координации и баланса
- Упражнения на развитие скорости и выносливости
- Упражнения на развитие силы и гибкости

#### **Тема 6. Применение подвижных игр в обучении (18 часов)**

Теория:

- Развитие умения работать в коллективе
- Развитие умения принимать решения
- Развитие умения анализировать и оценивать ситуации
- Развитие умения управлять своим поведением в социуме

Практика:

Разучивание подвижных игр. Выполнение точных упражнений и обязательное соблюдение правил игры.

#### **Тема 7. Система оценки результатов (4 часа)**

Теория:

- Оценка физических данных участников
- Оценка социальных навыков участников
- Оценка прогресса в улучшении результатов игры

Практика:

Упражнения для развития памяти, внимания и логического мышления. Занятия также способствуют развитию социальных навыков, таких как командный дух, сотрудничество и уважение друг к другу.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1	Введение в подвижные игры	2	1	1	0	Устный опрос, рефлексия
2	Профилактика и техника безопасности	6	4	2	0	Устный опрос, рефлексия
3	Разновидности подвижных игр	14	4	10	0	Устный опрос, тренировка физических упражнений
4	Организация и проведение подвижных игр	12	1	10	1	Проведение игр. Оценка выступления команд и индивидуальных участников.
5	Физические упражнения для подвижных игр	16	3	13	0	Оценка результатов игры. Обратная связь с участниками по результатам игры и предоставление рекомендаций по улучшению навыков и качеств участников.
6	Применение подвижных игр в обучении	18	2	14	2	Индивидуальные тесты, групповые игры, устный опрос
7	Система оценки результатов	4	1	3	0	Оценка физических данных участников, социальных навыков участников и прогресса в улучшении результатов игры
	Итого	72	16	53	3	

### Задачи первого года обучения

#### Образовательные:

1. Развитие координации движений и пространственного восприятия.
2. Улучшение психомоторных навыков (скорость, ловкость, гибкость и т.д.).
3. Укрепление и развитие мышечной системы.
4. Развитие зрительной, тактильной, слуховой восприимчивости через игры типа "что звучит? что ты видишь?".

#### Развивающие:

1. Развитие творческого мышления, креативности, умения находить

нестандартные решения.

2. Развитие коммуникативных навыков (общение, взаимодействие, уважение к другим участникам).
3. Развитие лидерских качеств, самоуверенности и уверенности в своих силах.
4. Развитие проактивности, стремления к достижению лучших результатов.

Воспитательные:

1. Формирование у детей культуры здорового образа жизни, понимания необходимости физических упражнений для поддержания здоровья.
2. Приобщение детей к коллективному спортивному духу и привитие им навыков командной работы.
3. Создание положительного образа у детей о спорте и физической активности, что поможет формированию здоровой психологии участников.
4. Формирование признаков социальной активности, помощи друг другу, сплоченности и готовности к сотрудничеству при выполнении задания или решении проблемы.

### Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры»
1	Начало учебного года	1 сентября
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5	Количество часов	72 часа
6	Окончание учебного года	31 мая
7	Период реализации программы	01.09.2023 - 31.05.2024

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель: создание условий для полноценного развития личности воспитанника, включая его физическое, интеллектуальное, эмоциональное и духовное развитие. Особенностью организуемого воспитательного процесса является индивидуальный подход к каждому воспитаннику, учитывая его возраст, потребности, особенности развития и личностные особенности. В рамках программы могут быть проведены различные мероприятия по развитию творческих способностей, формированию уважительного отношения к окружающим и социальным нормам, повышению культуры общения, развитию

лидерских качеств и других навыков, необходимых для успешной жизни в обществе. Кроме того, особенности организуемого воспитательного процесса могут включать в себя использование новых методов и технологий, сотрудничество со специалистами по психологии, социологии, педагогике и другим направлениям наук, а также использование интерактивных форм взаимодействия и общения с воспитанниками и их родителями.

Используемые формы воспитательной работы: разнообразные игры на улице и в помещении, организация соревнований и спортивных мероприятий, развивающие занятия с использованием спортивного инвентаря, индивидуальные и групповые игры.

Методы: игра как основной метод воспитания, метод проектов, индивидуальные занятия и консультации, творческие занятия.

Планируемый результат:

- Развитие саморегуляции и самоконтроля у детей.
- Воспитание нравственных качеств личности.
- Развитие коммуникативных навыков.
- Развитие познавательных способностей.
- Физическое развитие детей.

#### **Календарный план воспитательной работы**

№п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь-май
2	"Родина в движении: гражданско-патриотические подвижные игры для маленьких патриотов".	Гражданско-патриотическое воспитание	В рамках занятий	Декабрь-февраль
3	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4	"Развиваем трудовые и творческие навыки через подвижные игры: игротека для маленьких учеников".	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	В рамках занятий	Март-апрель
5	Умные игры для активных учеников	Интеллектуальное воспитание	В рамках занятий	Октябрь-ноябрь
6	Движемся весело и здорово!	Здоровьесберегающее воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
7	Играем безопасно: подвижные игры для формирования правовой культуры и основ безопасности	Правовое воспитание и культура безопасности	В рамках занятий	Ноябрь-декабрь
8	Детские игры бабушек и дедушек	Воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Октябрь-ноябрь
9	Игры в команде	Формирование	В рамках	Сентябрь-май

		коммуникативной культуры	занятий	
10	ЭкоФитнес: играй, учишься, заботься о планете!	Экологическое воспитание	В рамках занятий	Март-май

## Список литературы

### Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

### Литература для педагогов:

8. Авилова С.А., Калинина Т.В. Игровые и рифмованные формы физических упражнений. – Волгоград: Учитель, 2016.
9. Ковалько В.И. Школа физкультминутки: 1-4 классы – М.: ВАКО, 2016.
10. Крючек Е.С. Аэробика: содержание и методика оздоровительных занятий. – М.: Терра-спорт, 2001.
11. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. – М.: Физкультура и спорт, 1982.
12. Лисицкая Т.С. Аэробика на все вкусы. – М.: Просвещение–Владос, 1994.
13. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов – М.: Просвещение, 2011.
14. Пеганов Ю.А., Берзина Л.А. Позвоночник гибкое тело молодое – М.: Советский спорт, 1991.

### Литература для обучающихся:

15. Лях В.И. Мой друг - физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.

### Интернет-ресурсы:

16. <https://cto-igr.ru/blog/61-sportivnye-igry-dlya-detej>