

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края

Управление по социальной политике Залесовского муниципального округа

Залесовская ООШ, филиал МБОУ Залесовская СОШ №1

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Приказ № 53-од
от «30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по ВР

 Ю.С. Агафонова

Приказ № 53-од
от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора школы

 Залесова Е. А.
Приказ № 53-од
от «30» августа 2024г.



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

Возраст учащихся: 7-10_ лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель: Константинова М.А., учитель физкультуры

с. Залесово, 2024 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2.Цель.Задачи.....	6
1.3.Содержание программы.....	7
1.4.Календарно-тематическое планирование.....	8
1.5.Методическая литература.....	10

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Конституция Российской Федерации.
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- «Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей» (утверждена приказом Министерства просвещения РФ № 467 от 03.09.2019).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
- Приказ Министерства образования и науки Алтайского края от 30.08.2019 г. № 1283 «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» в Алтайском крае;
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, утвержденные приказом Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края от 19.03.2015 г. № 535;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации 09-3242 от 18.11.2015 г. О направлении информации «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые).

Актуальность:

Обучение включает в себя следующие основные предметы

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. Являясь неотъемлемым компонентом оздоровительной среды, игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии или продолжают существовать в реальной жизни.

Дети, опираясь на инстинкт, сами регулируют и интенсивность, и время своей двигательной активности в игре.

Игра для ребенка — важный момент его развития. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире свою роль в семье, в **коллективе**. Игры вносят в душу ребенка веселье и радость и одновременно содействуют укреплению его организма. В отличие от гимнастики, в активных играх в полной мере проявляются инициатива ребенка, его творческие способности. За игрой ребенок приобретает множество неоценимых качеств: ловкость, наблюдательность, фантазию, память. Игра стимулирует и самые разные способности: умение сравнивать, комбинировать, размышлять, анализировать.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям. Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы. Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью, свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Вид ДООП:

Модифицированная программа – это программа, в основу которой положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов..

Направленность ДООП:

Художественная.

Адресат ДООП:

Программа рассчитана на учащихся 7 - 10 лет.

Срок и объем освоения ДООП:

32 часа, из них:

- «Стартовый уровень» - с 01 СЕНТЯБРЯ по 30 МАЯ, 64 педагогических часов;

Форма обучения:

Очная.

Особенности организации образовательной деятельности:

Разновозрастная группа.

Режим занятий:

Таблица 1.1.1

Режим занятий

Предмет	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Игра	1 часа в неделю;	0 часов в неделю; 0 часов в год.	0 часов в неделю; 0 часов в год.

Программа объединения дополнительного образования «Подвижные игры» разработана на основании программы для внешкольных и школьных учреждений «Спортивные кружки и секции». М.: Просвещение, 1986.

1.2. Цель программы:

создание условий для развития подвижных игр через включение детей в совместную деятельность.

Задачи программы:

оптимизировать двигательную активность школьников на переменах и во внеурочное время; познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга; формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств; способствовать расширению кругозора учащихся; содействовать взаимодействию взаимопониманий; развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь

Программа рассчитана на детей 4 – 7 лет. Время отведённое на обучение составляет 32 часа (1 часа в неделю). Практические занятия составляют основу программы. Каждое практическое занятие состоит из трёх частей:

- подготовительная (строевые упражнения, ходьба, бег, ОРУ);
- основная (акробатические упражнения, упражнения из разделов лёгкой **атлетики**, подвижные и спортивные игры, эстафеты);
- заключительная (ходьба, медленный бег, упражнения на внимание, на осанку, подведение итогов, домашнее задание).

Ожидаемый результат:

- укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры в самостоятельных занятиях

Игра как средство воспитания. Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Оздоровительное значение подвижных игр. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, **вовлекающие** в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

1.3. Содержание программы

1. Формирование системы знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал.

Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

3. Упражнения из гимнастики и лёгкой атлетики.

Разные виды ходьбы: обычная, на носках, на пятках, прогнувшись, с высоким подниманием бедра, на внутренней и наружной стороне стопы, в полу - и полном приседе, спиной вперёд, приставным шагом, с изменением направления, с преодолением препятствий,

Строевые упражнения: расширение представлений о пространстве - слева, справа, вверху, внизу, впереди, перед, за, между, рядом, друг за другом, через одного; построение в колонну, шеренгу, в круг, размыкание и смыкание, повороты, расчёт на месте.

Упражнения в равновесии: ходьба по скамейке с различными положениями рук, ходьба с предметами и с заданиями, повороты в полуприседе, продвижение вперёд с закрытыми глазами.

Бег: обычный, широким шагом. С высоким подниманием коленей, с захлестыванием голени назад, с выбрасыванием прямых ног вперёд, спиной вперёд, с изменением направлений, в разных построениях, с дополнительными заданиями, челночный бег. Бег со старта.

Прыжки: в длину с места, на одной ноге, многоскоки, через скакалку.

Метание: на дальность, в цель.

Акробатические упражнения: кувырки, стойка на лопатках. **ОРУ:** без предметов, с гимнастической палкой, с обручем, со скакалкой, с теннисными мячами, с в/б мячами, прыжковые упражнения, упражнения на гибкость, на гимнастической скамейке.

4. Подвижные игры:

- **Игры наших бабушек:** «12 палочек», «Заря», «Горелочки», «Звери»
- **Игры разных народов:** «Золотое зернышко»-белорусская сказка, «Аист и лягушки»- японская сказка, «Лиса и квочка»- турецкая сказка, «Ручейки, озёра» - игра народов Дальнего Востока, «Оленьи упряжки» - игра народов Дальнего Востока, «Каюр и собаки» - игра народов Дальнего Востока, «Нарты-сани» - игра народов Дальнего Востока
- **Игры в зимнее время:** «Два Мороза», «Льдинка», «Тяни - толкай», «Бег в оленьей упряжке», «Пчёлы и медвежата», «Космонавты»
- **Конкурсы и эстафеты:** «Бег по кочкам», «Выгоны», «Бег в линию», «Последний выбывает», «Баба - Яга», «Переправа», «Кажется дождь начинается!» и другие
- **Летние игры:** «Круговые пятнашки», «Общипанная курочка», «Домики и гномики», «Летучая мышь и мотыльки»

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Тематическое планирование

№	Наименование темы	Количество часов
1	Формирование системы знаний о ЗОЖ	1
2	Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь Игры наших бабушек «12 палочек» «Заря» «Горелочки» «Звери»	7
3	Игры разных народов «Золотое зернышко» - белорусская игра «Лягушка-путешественница» - русская игра «Лиса и квочка» турецкая игра «Ручейки, озёра» - игра народов дальнего Востока «Оленьи упряжки» - игра народов дальнего Востока «Каюр и собаки» - игра народов дальнего Востока	7

	«Нарты-сани» - игра народов дальнего Востока	
4	Игры развлечения «Два Мороза» «Льдинка» «Тяни - толкай» «Бег в оленьей упряжке» «Пчёлы и медвежата» «Космонавты» и другие	7
5	Конкурсы и эстафет «Бег по кочкам» «Выгоны» «Бег в линию» «Последний выбывает» «Баба – Яга» «Переправа» «Кажется дождь начинается!» и другие	5
6	Летние игры «Круговые пятнашки» «Общипанная курочка» «Домики и гномики» «Летучая мышь и мотыльки» и другие	5
итого		32

Используемая литература

1. «Игра и оздоровительная работа в школе» - О. А Степанова, серия «Игровые технологии», Москва Сфера», 2004 г., ISBN -6,- 144 с.;
2. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» - ёва, серия «Азбука развития», Москва, РИПОЛ классик», ISBN 4426-2, . ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с.,
3. «Любимые детские игры» - составитель , серия «Вместе с детьми», Москва, Сфера», 1999 г.,-96 с.,
4. «Детские подвижные игры народов СССР» - составитель ; под ред. , Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с.