

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №17»
(МОУ «СОШ №17»)**

**«17 №-а ШÖР ШКОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОЙ ВЕЛÖДАН УЧРЕЖДЕНИЕ
(«17 №-а шÖр школа» МВУ)**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
протокол №8 от 24.05.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
от 24.05.2024 г. № 01-12/65

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(общеразвивающая)**

«Подвижные игры»

направленность – физкультурно-спортивная
срок реализации – 4 года

Разработана
учителем начальных классов
Колесниковой С.В.

пгт. Боровой, г. Ухта
2024 г.

Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры» составлена на основе авторской программы Бессчетного Д.Н., рецензированный УИПК ПРО 10.10.2013г., Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Актуальность программы

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в рамках внеклассной работы в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Цель: формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

- активизировать двигательную активность младших школьников 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;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Категория обучающихся - 7-12 лет.

Срок реализации программы – 4 года.

Режим занятий - программа рассчитана на 2 часа в неделю.

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Содержание программы

Дети знакомятся со спортивной площадкой, спортивным залом, с техникой безопасности. Бессюжетные игры.

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

Обучающимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

Русская народная игра «Гуси - лебеди». Русская народная игра «Кот и мышь». Татарская народная игра «Займи место». Азербайджанские народные игры «День и ночь». Белорусские народные игры «Посадка картофеля». Бурятская народная игра «Волк и ягнята». Осетинские народные игры «Метание с плеча». Чувашские народные игры «Тили - рам?».

Дети участвуют в «Веселых стартах», совершенствуют подвижные игры.

Изучают частоту сердечных сокращений, способы ее измерения. Занимаются оздоровительным бегом.

Тематическое планирование Год обучения - 1

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
		Всего
1	Подвижные игры на материале легкой атлетики.	14
2	Подвижные игры на основе гимнастики и акробатики.	15
3	Подвижные и спортивные игры на материале футбола, баскетбола.	19
4	Подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	20
	Итого	68

Тематическое планирование Год обучения – 2

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
		Всего
1	Подвижные игры на материале легкой атлетики.	14
2	Подвижные игры на основе гимнастики и акробатики.	15
3	Подвижные и спортивные игры на материале футбола, баскетбола.	19
4	Подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	20
	Итого	68

\

Тематическое планирование
Год обучения – 3

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
		Всего
1	Подвижные игры на материале легкой атлетики.	14
2	Подвижные игры на основе гимнастики и акробатики.	15
3	Подвижные и спортивные игры на материале футбола, баскетбола.	19
4	Подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	20
	Итого	68

Тематическое планирование
Год обучения - 4

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
		Всего
1	Подвижные игры на материале легкой атлетики.	14
2	Подвижные игры на основе гимнастики и акробатики.	15
3	Подвижные и спортивные игры на материале футбола, баскетбола.	19
4	Подвижные и спортивные игры на материале волейбола.	20
	Итого	68

Учебно-методические средства.

1. Дубогай А.Д., Хрущев С.В. Подвижные игры в режиме продленного дня. - М.: Физкультура и спорт, 1986.-31
2. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993.
3. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.
4. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985.
5. Константинов Ю.С. Туристическая игротка. Учебно-методическое пособие /Владос, 2000 г./физической культуры, 1983.
6. Клусов Н.П. Ручной мяч в школе. Пособие для учителей, 1986 г. Программа физического воспитания с оздоровительной направленностью для учащихся 1 - 9-х классов общеобразовательных школ Курганской области/Под ред. Л.З. Штода /Институт повышения квалификации и переподготовки работников образования Курганской области. - Курган. 2004.