

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Верхне-Серебряковская средняя общеобразовательная школа №12

РАССМОТРЕНО
Протокол Педагогического совета
от 30.08.2023 г. №1

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Н.П. Липова
Приказ от 30.08.2023г № 234



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивные игры»

Направленность: спортивная

Возраст обучающихся: 8 - 9 лет.

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Спесивцев В.Н.
педагог дополнительного образования

Сл. Верхнесеребряковка
2023г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» составлена на основании нормативно-правовых документов:

- Закон об образовании РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на: 07.10.2022 г.);
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р)
- Закон об образовании в Ростовской области от 14.11.2013 г. №26-зс (с изменениями на: 20.06.2023 г. №882-ЗС);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минобразования Ростовской области от 01.03.2016 №115 «Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций РО, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы для образовательных организаций дополнительного образования детей);
- Устав МБОУ Верхне-Серебряковской СОШ №12, утвержденный приказом управления образования Зимовниковского района от 12.01.2015 №12;
- Основная образовательная программа МБОУ Верхне-Серебряковской СОШ №12, утвержденная приказом от 30.08.2023 № 234,
- Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах приказ МБОУ Верхне-Серебряковской СОШ №12 от 26. 08. 2016 №112.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы: техническая.

Новизна программы заключается в том, что игровые формы, связанные с физическим компонентом совмещаются со знакомством учащихся с национальным колоритом народов России, позволяют решить целый комплекс вопросов в работе с детьми, удовлетворить их потребность в движении, научить владеть своим телом, развивать не только физические, но и умственные, творческие способности. Эмоциональный подъем во время игры создаёт у детей

повышенный тонус всего организма. В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игры широко применяются подвижные игры и эстафеты. Подвижные игры и эстафеты, в которых участвует весь коллектив, несут в себе большой эмоциональный заряд, а это способствует более полноценному отдыху. Данные игры проводятся как на свежем воздухе, так и в спортзале.

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Цель программы:

- удовлетворение потребности младших школьников в движении;
- формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативных навыков, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятие решения
- развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- охрана и укрепление физического и психологического здоровья младших школьников

Задачи:

- организовывать активный отдых, направленный на повышение умственной и мышечной работоспособности;
- содействовать улучшению здоровья, повышению уровня физического развития и физической подготовленности.

Задачи: Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;

- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- формирование интереса к народному творчеству;
- расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

- развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Отличительные особенности программы внеурочной деятельности

Отличительной особенностью данной образовательной программы от уже существующих дополнительных образовательных программ является систематическое и последовательное обучение. В настоящей программе региональный аспект реализован посредством внедрения в региональный компонент народных и подвижных игр, возникших и практикуемых в фольклорном опыте населения.

Планируемые результаты

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.
2. Включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.

5. Повышение уровня физической подготовки школьников.
6. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
7. Снижение последствий умственной нагрузки.
8. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе.

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об этике и эстетике повседневной жизни человека, о русских народных играх, традициях.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к родной природе и культуре, своему собственному здоровью и внутреннему миру. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного, физического и эмоционального воспитания детей, пробуждают интерес, воображение, развивают внимание. В комплексе с другими воспитательными средствами они представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьниками опыта самостоятельного социального действия): опыт заботы о малышах и организация их досуга; опыт организации и самоорганизации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде, т.к. в правилах игры заложено большое воспитательное значение. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребёнку. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Формы подведения итогов реализации программы.

Занятия проводятся в групповой форме, предусматривают следующие формы проведения: подвижные игры, игры на развитие эмоциональной сферы учащихся, беседы об основах личной гигиены, о правилах использования

закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки и т.д., спортивные соревнования, эстафеты, сезонные кроссы, викторины, походы, День здоровья и т.д.

Содержание курса «Спортивные игры» (68 ч)

I раздел

Основы знаний о народной подвижной игре (1 часа)

Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

Понятие правил игры. Выработка правил. Игра «Клубочек»

II раздел

Игры на свежем воздухе (5 часов)

Русские народные игры. «Защита крепости», «Белки, орехи, шишки», «Птицы и клетка» Групповые игры. «Ловля парами», «Мяч по кругу», «Светофор», командная игра «Вороны и воробьи», «Водяной»

III раздел (2 часа)

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

Мир движений и здоровье. Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек.

Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.

IV раздел (5 часов)

Игры-эстафеты.

Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».

Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».

Эстафеты с бегом и прыжками. Эстафеты с преодолением препятствий.

Веселые старты

V раздел (5 часов)

Подвижные игры разных народов.

Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Горелки»

Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».

Игры белорусского народа. «Прела-горела».

Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок»

Игры народов Востока. «Скачки», «Собери яблоки».

VI раздел (5 часов)

Зимние забавы

Зимой на воздухе. «Городки».

Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».

Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».

VII раздел Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (6 часов)

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Игры на снегу. Игры со скакалками. «Удочка». Игры с элементами бега. «Нитка и иголка». Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.

Игры на равновесие. «Сохрани равновесие» Работа над проектом по теме «Мой путь к здоровью». Игра «По тропе здоровья»

VIII раздел Спортивные игры (6 часов)

Спортивные игры «Брось — поймай», Охотники и утки», «Быстро по местам», «Не урони мяч», «Круговая эстафета», «Кто первый», «Картошка»

IX раздел (1 часа)

Итоговое занятие

Праздник здоровья и подвижной народной игры.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	всего	Дата	
			план	факт
1	Беседа история народной подвижной игры	1		
2	Игра «Клубочек»	1		
3	Русская народная игра: «Защита крепости»	1		
4	Русская народная игра: «Птицы и клетка»	1		
5	Групповая игра: «Ловля парами»	1		
6	Групповая игра: «Мяч по кругу»	1		
7	Групповая игра «Светофор»	1		
8	Беседа. Мир движений и здоровье	1		
9	Я люблю поиграть	1		
10	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч»	1		
11	Большая игра с малым мячом. «Чемпионы малого мяча»	1		
12	Эстафеты с преодолением препятствий	1		
13	Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий	1		
14	Веселые старты	1		
15	Подвижные игры «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	1		
16	Подвижная игра «Котел» «Салки	1		
17	Подвижные игры «Горелки»	1		
18	Подвижные игры «Серый волк» «Скок-перескок»	1		
19	Зимой на воздухе. «Городки».	1		

20	Зимой на воздухе. «Городки».	1		
21	Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных	1		
22	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров»	1		
23	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров»	1		
24	Игры со скакалками. «Удочка»	1		
25	Игры с элементами бега. «Нитка и иголка»	1		
26	Игры на равновесие. «Сохрани равновесие»	1		
27	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	1		
28	Работа над проектом по теме «Мой путь к здоровью»	1		
29	Обобщение по разделу. Игра «По тропе здоровья».	1		
30	Спортивная игра: «Быстро по местам»	1		
31	Спортивная игра: «Брось — поймай»	1		
32	Спортивная игра: «Охотники и утки»	1		
33	Спортивная игра: «Круговая эстафета»	1		
34	Спортивная игра ы: «Не урони мяч»	1		

Список литературы.

Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».

Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2012.- 61с. – Стандарты второго поколения.

Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.

Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересадин Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.

Список литература для родителей и детей:

1. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения; Детство-Пресс - Москва, 2007. - 416 с.

2.Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей от 1 года до 7 лет; Просвещение - Москва, 2007. - 304 с.

3.Сундукова А. Х. Волшебный мир здоровья; Дрофа - Москва, 2010. - 113 с.