

УТВЕЖДЕНА
приказом МАОУ «СОШ №10»
№ 503 от 01.09.2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

«Мир игр»

Направленность: физкультурно - спортивная

Возраст учащихся: 6,5-8лет

Срок реализации программы: 2 года (72ч.)

Составитель:

**Тюленева Татьяна Владимировна,
учитель физической культуры**

р.п. Гидроторф 2023

Раздел 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Мир игр» имеет физкультурно – спортивную направленность.

Актуальность программы:

- Развитие личностных качеств;
- Социализация ребёнка в обществе;
- Развитие физических качеств;
- Доступность для детей разного уровня развития и возможностей;
- Возможность развивать физические качества ребенка по выстроенной образовательной траектории.

Цель – создание условий для физического развития детей, укрепление здоровья, физическое и личностное развитие обучающихся, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

Задачи:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- развивать физические и личностные качества обучающихся, двигательные умения и навыки;
- осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;
- 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;
- формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;
- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;
- выявлять потенциально способных обучающихся для дальнейших занятий игровыми видами спорта.
- обучить простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Отличительные особенности программы:

Отличительная особенность программы заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности. Совместные действия в играх сближают детей, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха. Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Сроки освоения:

Программа составлена на 2 года обучения, для детей 6,5 – 8 лет.

Форма занятий:

занятия по данной программе проводятся в форме кружковой работы, ограниченного времени (45 минут) в системе целого учебного дня. Занятия проводятся 1 раз в неделю

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка, стадион.

Особенности набора детей: обучающиеся 1-4 классов с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению медицинского работника).

Кроме того, осуществляется подготовка обучающихся с высокими показателями физического развития и физической подготовленности к спортивным соревнованиям, эстафетам, олимпиадам. Количество – 10 - 15 человек.

Дополнительная общеразвивающая программа «Мир игр» составлена в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный Закон РФ от 24.07.1998 г. № 124 – ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Планируемые результаты.

Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения. Они разнообразны по своей тематике и эмоциональной окраске. Владение детьми способом игровой деятельности позволит им применять умения и навыки и в другие периоды жизни в зависимости от меняющихся обстоятельств.

Требования к личностным результатам

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Требования к метапредметным результатам:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Требования к предметным результатам:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знания об истории, культуре народных игр;

- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Раздел 2. Содержание программы
Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практик а	
1.	<i>Общие подвижные символические игры.</i> «Бабки», «Борющая цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».	5	1	4	
2.	<i>Игры для формирования правильной осанки.</i> «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».	1	-	1	Соревнования
3.	<i>Игры со скакалками</i> «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».	3	-	3	Весёлые старты
4.	<i>Игры с бегом</i> «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок-бегунок».	3	-	3	Весёлые старты
5.	<i>Игры с прыжками</i> «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».	3	-	3	Весёлые старты

6.	<i>Игры с метанием, передачей и ловлей мяча</i> «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».	5	-	5	Соревнования
7.	<i>Игры лазанием и перелезанием</i> «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки – мышки», «Цепи кованы».	3	-	3	Соревнования
8.	<i>Игры для развития внимания</i> «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловушка», «Заря», «Корзинки».	3	-	5	Весёлые старты
9.	<i>Общеразвивающие игры</i> «Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».	5	1	4	Конкурсы
10.	<i>Игры с разными предметами</i> «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».	5	-	5	Эстафеты
Общее количество часов		36	2	34	

**Учебный
(тематический)
план 2 класс**

1	<i>Игры с разными предметами</i> «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».	2	1	1	Тестирование
2	<i>Игры с камешками, шариками и палками</i> «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».	4	1	3	Весёлые старты
3	<i>Хороводные игры</i> «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк».	3	1	2	Соревнования
4	<i>Игры в помещении</i> «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».	6	1	5	Эстафеты

5	<i>Игры со скакалками</i> «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».	4	-	4	Эстафеты
6	<i>Игры- шутки</i> «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка».	3	-	3	Конкурсы
7	<i>Сюжетные игры</i> «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».	6	1	5	Соревнования
8	<i>Загадки, шарады, каламбуры</i> «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».	3	2	1	Конкурсы
9	<i>Праздник «Мир народных игр»</i> Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой крашенками», «Шапочки», «Коробейники», «Сказочница», Гусиное перо», «Подвижки льда».	5	4	1	Игра
Общее количество часов:		36	11	25	

1 класс

1. Общие подвижные символические игры (5 часов).

«Бабки», «Борющаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».

2. Игры для формирования правильной осанки (1 час).

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

3. Игры со скакалками (3 часа)

«Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».

4. Игры с бегом (3 часа)

«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок - бегунок».

5. Игры с прыжками (3 часа)

«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».

6. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча (5 часов)

«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».

7. Игры лазанием и перелезанием (3 часа).

«Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки – мышки», «Цепи кованы».

8. Игры для развития внимания (3 часа)

«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловушка», «Заря», «Корзинки».

9. Общеразвивающие игры (5 часов)

«Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казачьи и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».

10. Игры с разными предметами (4 часа)

«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».

2 класс

1. Игры с разными предметами (2 часа)

«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».

2. Игры с камешками, шариками и палками (4 часа)

«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

3. Хороводные игры (3 часа)

«Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Зайка», «Ручеёк».

4. Игры в помещении (6 часов)

«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».

5. Игры в помещении (4 часа)

«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».

6. Игры- шутки (3 часа)

«Кольцо», «Чур», «Ореши», «Барабанщик», «Черепашка».

7. Сюжетные игры (6 часов)

«Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».

8. Загадки, шарадки, каламбуры (3 часа)

«Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».

9. Праздник «Мир народных игр» (5 часов)

Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой крашенками», «Шапочки», «Коробейники», «Сказочница», Гусиное перо», «Подвижки льда».

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

В процессе реализации программы применяются следующие виды контроля:

Форма промежуточной аттестации: игра, соревнования, эстафеты, сдача контрольных нормативов.

Оценочные материалы:

При оценивании учебных достижений учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мир игр» используются:

Критерии оценки овладения детьми спортивными навыками;

При оценке качества реализации программы применяются следующие критерии:

-теоретические навыки;

-практические навыки;

-участие в соревнованиях

Оценочные материалы программы разработаны с учетом требований к базовому уровню освоения учебного материала и предусматривают отслеживание уровня спортивных навыков овладения практическими и теоретическими знаниями.

Нормативные требования, содержание и методика проведения контрольных испытаний

№	Возраст (лет) юноши

п/п	Содержание требований	6,5-7	8
1	Бег на 30 метров (сек)	6,9	7,0
2	Челночный бег 3x10 м (сек)	10,5	10,0
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	8	9
4	Поднимание туловища 30 сек (раз)	14	15
5	Прыжок в длину с места (см)	115	125
6	Наклон вперёд сидя, ноги вместе (см)	3	4
7	Прыжки через скакалку 60 сек (раз)	30	50
№ п/п	Содержание требований	7	8
1	Бег на 30 метров (сек)	7,4	7,2
2	Челночный бег 3x10 м (сек)	11,3	10,7
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	5	5
4	Поднимание туловища 30 сек (раз)	12	13
5	Прыжок в длину с места (см)	110	115
6	Наклон вперёд сидя, ноги вместе (см)	5	6
7	Прыжки через скакалку 60 сек (раз)	40	55

Раздел 4. Организационно – педагогические условия реализации программы

Календарный учебный график

Годы обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2023-2024	01.09	24.05.	36	72	72	2 часа в неделю

Материально-техническое обеспечение программы.

1. Учебно - практическое оборудование:

1. Стенка гимнастическая.
2. Скамейка гимнастическая жёсткая.
3. Мячи: мяч малый (теннисный), мячи набивные, волейбольные, баскетбольные (на каждого ученика).
4. Палка гимнастическая.
5. Скакалка (на 5-6 человек).
6. Мат гимнастический (на 5-6 человек).
7. Рулетка.
8. Кубики.
9. Кегли.
10. Секундомер.
11. Свисток.
12. Аптечка.

Список литературы:

1. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр.
2. Дмитриев А.А. Физическая культура в специальном образовании – М., 2008.
3. Черник Е.С. Физическая культура – М., 2007.
4. В.И. Лях Программа по физкультуре Москва «Просвещение» 2010г.
5. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие. [Текст] / О.А. Степанова. — М.: Баласс, 2012. — С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».