

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа» с. Куратово

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБОУ «СОШ» с.Куратово

/В.П.Мишарина/

Приказ №145-од от 29.08.2024 г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Подвижные игры»**

Направленность: физкультурно- спортивная

Возраст учащихся: 8 – 10 лет

Срок реализации программы: 1 год(34 ч.)

Составитель: Пунегова Н.А.,
учитель физической культуры

Куратово, 2024

Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются: укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья; развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность.

Актуальность программы

Кружок «Подвижные игры» входит в дополнительное образование по направлению физкультурно-спортивное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В кружок вошли русские народные игры, коми национальные игры, спортивные игры, подвижные игры. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм.

Кружок «Подвижные игры» учитывает возрастные особенности младших школьников и поэтому предусматривает организацию подвижной деятельности учащихся, которая не мешает умственной работе.

В основе программы – подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

Возраст детей 8-10 лет.

Срок реализации программы: 1 год.

На изучение кружка «Подвижные игры» во 3-4 классах по 34 часа в год; 1 ч в неделю и включает четыре блока:

1. Коми национальные игры.
2. Русские народные игры.
3. Подвижные игры.
4. Спортивные игры.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности.

Ценностными ориентирами содержания данного кружка являются:

1. Формирование уважительного отношения к родной культуре.
2. Создание положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.
3. Развитие активной, гармонически развитой личности.
4. Развитие внимания, ловкости, умения ориентироваться в пространстве.
5. Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи.

Формы занятий.

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

При реализации программы используются различные методы обучения:

словесные – рассказ, объяснение нового материала;
наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
практические – апробирование новых игр: эстафеты, соревнования, конкурсы.
Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Ожидаемый результат.

Расширенный кругозор учащихся

Умение самостоятельно и активно играть в коми национальные игры.

Приобретение качеств необходимых в повседневной жизни: находчивость, проявление инициативы, быстрое принятие решения, умение быстро находить выход в сложной ситуации.

Умение расслабляться, быть чуткими, заботливыми по отношению друг к другу, развивать позитивный образ своего тела.

Развитие психических процессов: зрительно-слуховое восприятие, координации движений, чувства ритма.

Планируемые результаты:

Личностные результаты

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.

Метапредметные результаты

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

предметные результаты:

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных 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;

организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

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;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

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.

Содержание программы.

Подвижные игры – 8 часов

Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Беседа «Возникновение подвижных игр». Подвижные игры: «Два капитана», «Охотники и утки», «Белые медведи», «Салки», «Щука и караси», «Пустое место», «День и ночь», «Гуси и волк», «Догонялки», «Вороны и воробьи», «Кошки-мышки», «Чай, чай, выручай».

Спортивные игры – 10 часов.

Инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных игр. Выбор места для игр и инвентаря. Игра «Перестрелка». Беседа «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Спортивные игры «Мини-футбол», «Пионербол», «баскетбол».

Коми национальные игры – 7 часов.

История коми игр. Разучивание считалок на коми языке. Народные игры «Воробей», «В медведя», «Мышь и угол», «Кто засмеется», «Жмурки». Коми игры «С веником», «Капкан», «Ободок». Игры народов Севера «Невод», «Стой, олень!»

Русские народные игры – 9 часов.

Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». Русские народные игры: «Золотые ворота», «Горелки с платочком», «Цепи кованные», «Лапта», «Горелки», «Белки, зайцы, мыши».

Учебно-тематическое планирование

№	Тема	Количество часов
1	Подвижные игры	8
2	Спортивные игры	10
3	Коми национальные игры	7
4	Русские народные игры	9
	Всего часов	34

Тематическое планирование

Раздел. Тема. Основное содержание по темам.	Характеристика основных видов деятельности учащихся (на уровне учебных действий)
Подвижные игры (8ч.)	
Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Беседа «Возникновение подвижных игр». Подвижные игры: «Два капитана», «Охотники и утки», «Белые медведи», «Салки», «Щука и караси». «Пустое место», «День и ночь», «Гуси и волк», «Догонялки», «Вороны и воробьи», «Кошки и мышки», «Чай, чай, выручай».	<i>Уметь:</i> играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием <i>Осваивать</i> универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр <i>Осваивать</i> двигательные действия составляющие содержание подвижных игр <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх <i>Моделировать</i> технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности
Спортивные игры (10 ч.)	
Инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных игр. Выбор места для игр и инвентаря. Игра «Перестрелка», «Мини-футбол», «Баскетбол», «Пионербол».	<i>Уметь:</i> владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. <i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр <i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр <i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.
Коми национальные игры (7 ч.)	
История коми игр. Разучивание считалок на коми языке. Народные игры «Воробей», «В медведя», «Мышь и угол», «Кто засмеется», «Жмурки», «С веником», «Капкан», «Ободок», «Невод», «Стой, олень»	<i>Уметь:</i> играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием <i>Осваивать</i> универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр <i>Осваивать</i> двигательные действия составляющие содержание подвижных игр <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при

	выполнении технических действий в подвижных играх Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.
Русские народные игры (9 ч.)	
Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». Русские народные игры: «Золотые ворота», «Горелки с платочком», «Цепи кованные», «Лапта», «Горелки», «Белки, зайцы, мыши».	<i>Уметь:</i> играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием <i>Осваивать</i> универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр <i>Осваивать</i> двигательные действия составляющие содержание подвижных игр <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх <i>Моделировать</i> технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.

Календарно – тематическое планирование

№	Содержание занятий	Количество часов
	Подвижные игры	
1	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Беседа «Возникновение подвижных игр». Подвижные игры: «Два капитана», «Охотники и утки», «Белые медведи»,	1
2	Разучивание игр «Салки», «Щука и караси», «Пустое место».	1
3	Разучивание игр «День и ночь», «Гуси и волк», «Догонялки».	1
4	Разучивание игр «Вороны и воробьи», «Кошки-мышки», «Чай, чай, выручай».	1
5-8	Повторение ранее изученных подвижных игр	4
	Спортивные игры	
9	Инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных игр. Выбор места для игр и инвентаря. Игра «Перестрелка».	1
10-12	Беседа «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Игра «Пионербол».	3
13-15	Игра «Мини-футбол»	3

16-18	Игра «Баскетбол»	3
	Коми национальные игры	
19	История коми игр. Разучивание считалок на коми языке. Народные игры «Воробей», «В медведя», «Мышь и угол».	1
20	Народные игры «Кто засмеется», «Жмурки».	1
21	Коми игры «С веником», «Капкан», «Ободок».	1
22	Игры народов Севера «Невод», «Стой, олень!»	1
23-25	Повторение ранее изученных коми игр	3
	Русские народные игры	
26	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». Русские народные игры: «Золотые ворота»,	1
27	Русская народная игра «Горелки с платочком»,	1
28	Русская народная игра «Цепи кованые»	1
29	Русская народная игра «Лапта»	1
30	Русская народная игра «Горелки»	1
31	Русская народная игра «Белки, зайцы, мыши»	1
32-33	Повторение ранее изученных русских народных игр	2
34	Итоговое тестирование	1

Форма аттестации – итоговое тестирование.
Оценочные материалы

Тестовые задания.

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

1. Теоретическая часть содержит задания четырёх видов:
 - в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из 3, 4 предложенных вариантов. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения;
 - в открытой форме, то есть без предложенных вариантов завершения. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание;
 - задания на соответствие с выбором правильной пары.

в последнем задании следует дать развёрнутый ответ (схематически изобразить подвижную игру, указать стороны площадки, описать правила игры).

1.Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов.

- Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из предложенных вариантов. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные завершения, а также частично соответствующие смыслу

утверждений. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения. Ряд заданий оцениваются, если отмечены все зачетные варианты. Это условие указано в задании: «отметьте все позиции». Выбранные варианты отмечаются в бланке ответов цифрами. Правильных ответов может быть несколько.

- Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

2.Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов.

- При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение. Подбранное определение вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.
- Правильно выполненные задания оцениваются в 1 балл. Задания с несколькими возможными вариантами ответов оцениваются в 0,5 балла, если указаны не все варианты, либо 0 баллов, если указана неправильная позиция.
- Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.
- Правильно выполненные задания оцениваются в 1 балл. Задания с несколькими возможными вариантами ответов оцениваются в 0,5 балла, если указаны не все варианты, либо 0 баллов, если указана неправильная позиция.
- **Время выполнения заданий – 40 минут.**
- **Конкурсное задание состоит из 15 вопросов.**
- **Количество верных ответов может быть больше одного!**
- Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Критерии оценки:

«не зачет» ставится, если выполнено 50% работы правильно;

«зачет» ставится если выполнено от 51- 100% .

Организационно-педагогические условия реализации программы

Оборудование: Мячи, скакалки, обручи, малые мячи, матрасы, кегли, мешки.

Помещение: спортивный зал школы, спортивная площадка, класс начального образования.

Перечень учебно-методического обеспечения

Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.

Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
«Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
В.А. Горский, Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
Коми старинные детские игры, коми книжное издательство, 1998 г
Русские народные игры, М., 1988 г. Л.В. Былеева