

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа» с. Куратово

Согласована:
Экспертной комиссией.
Протокол № 1 от «01» 09 2023.
Председатель экспертной комиссии
Напалкова /Е.А.Напалкова/



Дополнительная общеобразовательная программа-
дополнительная 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, 2023

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 венником», «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 кованые», «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.)	
<p>Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Беседа «Возникновение подвижных игр».</p> <p>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».</p>	<p><i>Уметь:</i> играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр</p> <p><i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр</p> <p><i>Осваивать</i> двигательные действия составляющие содержание подвижных игр</p> <p><i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх</p> <p><i>Моделировать</i> технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач</p> <p><i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p>
Спортивные игры (10 ч.)	
<p>Инструктаж по технике безопасности при проведении спортивных игр. Выбор места для игр и инвентаря. Игра «Перестрелка», «Мини-футбол», «Баскетбол», «Пионербол».</p>	<p><i>Уметь:</i> владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр.</p> <p><i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр</p> <p><i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр</p> <p><i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности</p> <p><i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p>
Коми национальные игры (7 ч.)	
<p>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»</p>	<p><i>Уметь:</i> играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр</p> <p><i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр</p> <p><i>Осваивать</i> двигательные действия составляющие содержание подвижных игр</p> <p><i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при</p>

	<p>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.</p>
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 кованые», «Лапта», «Горелки», «Белки, зайцы, мыши».	<p><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.</p>

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