

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3»
Левокумского муниципального округа Ставропольского края

Рассмотрена
Педагогическим советом
пр. № 1 от 30 августа 2023г.

Утверждена
Пр. № 191-од от 30 августа 2023г.
Директору МКОУ СОШ № 3
Е.В. Моисеев
Е.В. Моисеев



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа детского объединения
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивные игры»

Уровень программы: базовый,
(стартовый (ознакомительный), базовый, углубленный)
Срок реализации 1 год
Возрастная категория 6-7 лет
Состав группы: 15 человек

Автор составитель:
педагог дополнительного образования
Вакурова Светлана Федоровна

п. Новокумский
2023 год

РАЗДЕЛ I. Комплексосновных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Спортивные 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.

Спортивные игры вырабатывают у детей также бойцовский характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства подвижных игр необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Кроме того, что игры оказывают всесторонне развивающее воздействие на организм, они еще и очень увлекательны и разнообразны по содержанию. Если надоедает одна игра, всегда на выбор есть еще множество других. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку. 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. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка. Все свои жизненные впечатления и переживания дети отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ. Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребенка, а встречающиеся в некоторых играх диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности. В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определенных игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы ребенка, развитию его мышления и самостоятельности действий. Так, например, в связи с движениями водящего и изменением игровой ситуации ребенок должен проявить более сложную, т. е. мгновенную и правильную, реакцию, поскольку лишь быстрота действий приводит к благоприятному результату.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игры. Они определяют весь ход игры, регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения, содействуют формированию воли, т. е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребенок не может не проявить воспитываемые у него качества.

Спортивная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку,

находчивость, волю и стремление к победе. Народные игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического-воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

Программа позволяет применять дифференцированный подход к организации занятий детей с учетом состояния здоровья. Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Развивающая ориентация учебного курса «Спортивные игры» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного курса раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение

целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания курса «Спортивные игры».

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Актуальность данной программы в том, что спортивные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе спортивных 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.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия своего народа. В основе программы лежит системно – деятельностный подход, который создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

Практическая значимость программы «Спортивные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Связь с другими программами

Элементы данной программы присутствуют в таких разделах учебной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

Целесообразность программы

Спортивные игры способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию личности, формируют необходимые навыки, координацию движений, ловкость, меткость. Занятия, построенные на движениях, требующие большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка. Они способствуют созданию бодрого настроения.

Игра оказывает большое воздействие на формирование личности, поскольку в ней проявляются и развиваются умения анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижной игры создают у

играющих верные представления о безопасном поведении в реальной жизни. Таким образом, в «Спортивных играх» реализуется не только область «Физическое развитие», но и «Социализация», «Безопасность», «Коммуникация», «Познание».

Принципы построения программы

Программа курса реализуется в рамках физкультурно–спортивного направления внеурочной деятельности и основывается на общедидактических и специфических принципах обучения младших

Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями и приучают учащихся постоянно соблюдать оздоровительно-воспитательный режим.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

Принцип цикличности

способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий

, что улучшает подготовленность ученика к каждому последующему этапу обучения.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

Принцип наглядности обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

Принцип активности предполагает учащимся высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип всестороннего и гармонического развития личности содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее– физическое, интеллектуальное,

духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребёнка.

Ценностные ориентиры содержания программы

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, программа «Спортивные игры» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся **универсальных компетенций**:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Формы занятий

Формы проведения занятий с обучающимися:

- 1) спортивные игры;
- 2) соревнования;
- 3) спортивные праздники;

Форма проведения занятий:

- групповой;
- игровой;

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

Программа «Спортивные игры» нес физкультурно-спортивную направленность и составлена на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.06.2014 № 41);
- Основной образовательной программы МКОУ «Гимназии № 1 г. Майского»
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и планируемых результатов начального общего образования
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)

Минобрнауки 2015 г.);

Данная программа реализуется с учётом учебно–воспитательных условий и возрастных особенностей учащихся.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 1 год обучения. Продолжительность занятия 45 минут. Общее число часов, отведённых на изучение курса «Спортивные игры» в первом классе составляет 36 ч (1 час в неделю).

Цель программы:

- удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества;
- формировать у учащихся основы здорового образа жизни, мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом посредством подвижных игр.

Основными задачами данного курса являются:

- ✓ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- ✓ обучение умению работать индивидуально и в группе;
- ✓ формирование гигиенических навыков, навыков здорового образа жизни, и соревновательной деятельности;
- ✓ освоение теоретических знаний по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;
- ✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие природных задатков и способностей детей;
- ✓ воспитание доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- ✓ воспитание волевых качеств, таких как смелость, решительность, инициативность, целеустремленность и выдержка;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;

Данные цели и задачи отражают основную миссию школы, государственный заказ – создание оптимальных условий для развития личности с учётом её возможностей и познавательных интересов, получения ею качественного образования, позволяющего успешно самореализоваться в современном обществе

Условия реализации программы:

- Адресат программы – дети в возрасте 6-7 лет.
- Численность детей в группе не более 15 человек.
- Занятия проводятся на стадионе, в спортивном зале
- Форма обучения – очная.

- Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 1 учебный год.
- Длительность занятий с детьми 45 мин

Методы стимулирования и мотивации деятельности

- Познавательные задачи;
- Создание ситуации новизны;
- Ситуации гарантированного успеха.

Отличительной особенностью программы является её построение по концентрическому принципу.

Учебно – тренировочные занятия из года в год проходят на основе повторения закреплённых знаний, умений и навыков с одновременным углублением учебного материала, который подчиняется принципам: последовательности, доступности, идет по восходящей от простого к сложному.

Программой предусмотрен постепенный переход обучающихся первого и второго годов обучения от занятий чисто игрового характера физкультурно – спортивной направленности к занятиям более серьёзного содержания (подготовка к отдельным спортивным дисциплинам).

Формы и режим работы

Работа ведётся во второй половине дня. Большая часть времени отводится на практические работы, познавательный материал даётся через наглядное, практическое обучение, в доступной и интересной для обучающихся форме.

2. Комплекс организационно – педагогических условий:

2.1 Условия реализации программы

Особенности организации учебного процесса

Материал каждого занятия рассчитан на 45 минут. Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая. При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

2.2. Меры предосторожности

Соблюдение мер предосторожности является обязательным требованием к процессу организации занятий с учащимися младшей возрастной группы.

Нельзя оставлять учащихся младшей возрастной группы без присмотра во время занятий. Особое внимание следует уделить предупреждению травматизма младших школьников во время игр на открытом пространстве. Нередко скамейки, столбы и другие предметы бывают расположены слишком близко от границы игровой площадки, ученики, не всегда точно рассчитывая свои силы, направление движения и др., с разбегу наталкиваются на них. Травмы возникают и в тех случаях, когда дети обуты не в спортивную, а обычную обувь.

2.3 Формы подведения итогов реализации рабочей программы

Усвоение учащимися программного материала, отслеживаются в ходе проведения следующих форм контролей:

- **предварительного:** проводится тестирование физических данных учащихся;
- **текущего:** в конце каждого раздела разученных игр проводятся эстафеты, старты, соревнования на которых дети показывают полученные знания, физические умения по заданной теме. Дети оценивают результаты свои, товарищей, объясняют, что получается, а над чем ещё надо поработать.

Главное – дети получают моральное и физическое удовлетворение от того, что их успехи ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

- **итогового:** результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, принимать участие в различных праздничных мероприятиях:
 - весёлые старты;
 - спортивные эстафеты;
 - фестиваль игр;
 - праздник «Игромания»;
 - спортивный праздник «Богатырские потешки»;
 - «День здоровья».

Показателями качества воспитательной работы в объединении являются следующие критерии:

- уровень воспитанности обучающихся;
- микроклимат в детском объединении;
- взаимодействие с учителями, воспитателями группы продлённого дня, родителями.

Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется с помощью методов тестирования, опроса, педагогического наблюдения, создания педагогических ситуаций. В рамках этой методики можно проанализировать качественные личностные изменения каждого ребенка:

- Мотивацию к образовательной деятельности.
 - Самооценку учащегося.
 - Отношения в коллективе.
 - Уровень физической активности.
 - Организаторские способности учащихся.
- Сформированность культурно–гигиенических навыков и др.

2.4 Оценочные материалы

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- Поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий;
- Косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности).

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники и конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштаба

Планируемые результаты освоения курса «Спортивные игры»

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты

Ученик научится:

- 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

Ученик научится:

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

Предметные результаты

Ученик научится:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний 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;
- 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.

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

1 класс

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- 1) соблюдать правила поведения на занятиях, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- 2) выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- 3) анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- 4) демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному; выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- 5) демонстрировать прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- 6) играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью;
- 7) знать упрощенные правила игры в пионербол.

3. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение:

Методические материалы

Методические рекомендации по реализации программы

Для реализации данной программы не требуется особосложный инвентарь и оборудование:

- спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи, ракетки, кегли,
- спортивная мебель: стенка гимнастическая, скамейки, маты, канат для лазания, сетка;
- подручный и игровой материал: веревки, фишки, воздушные шары,
- природный материал: шишки, желуди, палочки, снежки, различные деревяшки, камешки;
- средства для учителя: свисток, секундомер;
- средства для оказания первой медицинской помощи: аптечка

В процессе игр можно использовать предметы мебели (в помещении) - стулья, столы; на открытом воздухе предметы природы: деревья, горки, пенки и др.

Разнообразие подвижных игр предполагает варьирование при выборе места проведения. Игры можно проводить в помещении (стандартный спортивный зал, рекреации школы, актовый зал, а также помещение обыкновенного класса); для игры можно

использовать оборудованные спортивные площадки, любые асфальтированные площадки большого размера, поляны, скверы.

Список литературы:

Литература для педагога

1. Былеева Л.В. Подвижные игры: учебное пособие для институтов физкультуры/Л.В. Былеева, В. Г. Яковлев. -М.:ФиС, 1989.-216с.
2. Былеева Л.В. Сборник подвижных игр /Л.В.Былеева.-М.:ФиС,1980.-217с.
3. Геллер Е.М.Спортландия/Е.М.Геллер.–Минск.:Народная Асвета,1960.-63с.
4. Гуреев Н.В. Активный отдых/Н.В.Гуреев.- М.:ФиС, 1991.-73с.
5. Гусак Ш.З.Физкультурные праздники и вечера в школе/Ш.З.Гусак.-М.:ФиС,1965.-98с.
6. Коротков И.М.Подвижные игры в занятиях спортом/И.М.Коротков.-М.:ФиС,1971.-92с.
7. Коротков И.М. Подвижные игры детей/И.М.Коротков.-М.:ФиС,1987.-132с.
8. Наймитова Э. Спортивные игры/ Э.Наймитова.-Ростовн/Д.:Феникс, 2001.-52с.
9. Палиевский С.К.Физкультура в семье/С.К.Палиевский,Е.П.Тук.-М.:ФиС,1984.- 94с.
10. Скопцев А.Г. Народные спортивные игры/А.Г.Скопцев.-М.:Знание, 1990.-188с.
11. Соколова А.А. Городки/А.А.Соколов.-М.:ФиС,1967.-73с.
12. Васильков Г.А.Отигры к спорту/Г.А.Васильков,В.Г.Васильков.–М.:ФиС,1985,80с.

Литература для обучающихся

1. Былеева Л.В. Подвижные игры/-М.:ФиС,1982.-185с.
2. Гармаш И.И. Игры и развлечения/–Киев:Урожай, 1996,с. 3-51.
3. Литвинова М.Ф.Русские народные подвижные игры/–М.:Просвещение,1986,79с.
4. Оноприенко Б.И. Игры и развлечения на воде/-М.:ФиС, 1976.-253с.
5. Миньков Н.Б.,Игры в воспитании способностей.–М.,1999.
6. Коротков И.П.,Подвижные игры в занятиях спортом.–М.,1991.
7. Жуков М.Н., Подвижные игры.–М.,2000.
8. Железняк М.Н., Спортивные игры. –М., 2001.
9. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения.–М., 1993.
10. Васильков Г.А., Отигры к спорту.–М., 1989.

Кадровое обеспечение

В реализации программы принимает участие педагог дополнительного образования Вакурова Светлана Федоровна

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс (35 занятий)

Вводное занятие (2)

Игры с бегом (6 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом (5 часов).

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Игра с прыжками (5 часов).

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности (5 часов).

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра

«Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».

- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.
- Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы (4 часов).

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Практические занятия:

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».
- Игра «Черепахи».

Эстафеты (4 часов).

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Практические занятия:

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры (4 часов)

Теория. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

Тематическое планирование

1 год обучения

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
		2	2	0
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	6 ч.	1 ч.	5 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
5.	Зимние забавы.	4ч.	1 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	4 ч.	1 ч.	3ч.
7.	Народные игры	4 ч.	1 ч.	3ч.
Итого:		33 ч.	7 ч.	26ч.

**Календарно-тематическое планирование
программы «Подвижные игры»
год обучения**

1

№ П/П	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1-2	Вводное занятие	2	
3	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1	
4	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1	
5	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».	1	
6	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».	1	
7	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1	
8	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1	
9	История возникновения игр с мячом.	1	
10	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».	1	
11	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1	
12	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1	
13	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра	1	

	«Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».		
14	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.	1	
15	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».	1	
16	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	1	
17	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1	
18	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1	
19	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.	1	
20	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».	1	
21	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».	1	
22	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».	1	
23	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1	
24	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.	1	
25	Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежныхкомов».	1	
26	Игра «Клуб ледяных инженеров».Игра «Мяч из круга».	1	
27	Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».	1	
28	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.	1	
29	Беговая эстафеты.	1	
30	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1	
31	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1	

32.	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.	1	
33.	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба»	1	
34.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»	1	
35.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	1	

