

Муниципальное бюджетное образовательное
учреждение – средняя общеобразовательная школа
р.п. Советское

«Согласовано»
Зам директора по ВР
МБОУ-СОШ р.п.Советское

(О.В.Березина)

«Утверждено»
Директор МБОУ-СОШ
р.п.Советское

(М.В.Исаева)
Приказ №269
От «31»08.2022 г.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст детей: 10-11 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель программы
Райденко Алефтина Анатольевна
учитель начальных классов

р.п. Советское 2022 год

Пояснительная записка

Подвижные игры – 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, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Данная программа направлена на обучение детей и подростков различным видам игр наряду с общефизической подготовкой и расширением кругозора по организации своего свободного времени с пользой для физического и духовного воспитания. Вовлечение детей и подростков в данный вид деятельности помогает формировать сознание, направленное на достижение нравственных и общественно значимых ценностей, что в свою очередь, может способствовать сокращению безнадзорности и преступности в подростковой среде.

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного стандарта начального общего образования второго поколения; основной образовательной программой начального общего образования МБОУ- СОШ р.п. Советское; «Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность» П.В.Степанова, С.В.Сизяева, Т.Н.Сафронова, Просвещение, 2011

Программа «Подвижные игры» разработана с учётом возрастных особенностей учащихся и нормативно-правовых документов:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Правил ПФДО (Приказ «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области» от 21.05.2019г. №1077, п.51.)

Направленность программы физкультурно-спортивная

Актуальность программы заключается в том, что, знакомя учащихся с народными подвижными играми, мы через игровой фольклор расширяем и закрепляем знания учащихся о русском народном творчестве, развиваем в них духовный творческий патриотизм, интерес к истокам русского народного творчества.

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр в учебно – тренировочных группах.

В основе программы – подготовка, включающая в себя разнообразные, специально подобранные подвижные игры, эстафеты. Игры, проводимые на занятиях, подобраны с учетом последовательных и постепенных увеличений физических нагрузок и преемственностью к урокам физической культуры.

Отличительная особенность данного курса заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности. Немаловажно, что в содержании программы учтены социокультурные потребности детей, сотрудничество с родителями, контроль и самоконтроль здоровья обучающихся, личный опыт педагога, использованы методические и авторские материалы в разработке отдельных разделов программы.

Педагогическая целесообразность. Основной особенностью физического воспитания детей является игровая форма проведения физкультурных занятий. Она является одной из интересных и распространенных форм детской деятельности. Основное воспитательно-развивающее значение игровых занятий в том, что они служат естественной формой передачи детям необходимого объема знаний в области физической культуры. В процессе игр дети совершают множество движений. При этом проявляется их быстрота. Участвуя в подвижных играх и наслаждаясь движениями, дети приобретают привычку к здоровому образу жизни.

Концентрическое построение программы предполагает постепенное получение и расширение знаний совершенствование творческих умений и навыков детей в сфере физического развития. Учащиеся включены в различные виды деятельности: репродуктивную, поисковую, творческую, познавательную, практическую.

Адресат программы. Возраст обучающихся 6-10 лет. Численность детей в группе составляет от 15 до 20 человек.

Возрастные особенности. Обучающиеся данного возраста способны на высоком уровне усваивать разнообразную информацию. На занятиях предусматривается деятельность, создающая условия для физического развития воспитанников различных возрастных категорий и учитывается дифференцированный подход, зависящий от степени одаренности и возраста воспитанников. Основные дидактические принципы программы: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Объем программы. Общий объем программы составляет 34 часа.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий: 1 занятие 1 раз в неделю по 40 минут. (Очно, заочно).

Цель программы: Раскрытие и реализация творческого потенциала учащихся путем приобщения их к народным подвижным играм как альтернативному виду досуга.

Задачи программы

Обучающие:

-дать знания о народных играх, о традициях, истории и культуре народа;

Развивающие:

-способствовать развитию физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гармоническому развитию функциональных систем организма учащегося, повышение жизненного тонуса;

Воспитательные:

-привить интерес и любовь к занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности.

Планируемые результаты

Предметные

- Познакомятся с традициями, культурой и историей возникновения народных подвижных игр;

Метапредметные

- Познакомятся с основными факторами, влияющими на физическое развитие человека

Личностные

- повысится интерес к занятиям различными видами спорта.

К концу обучения учащиеся должны:

Знать:

- содержание игр разных направлений;
- теоретические аспекты по игре;
- инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности.

Уметь:

- играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;
- владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе занятий подвижными играми;
- соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы;
- помогать друг другу; быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр.

**Учебный план
I год обучения – 4 класс**

№ п/п	Т Е М А	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Т. Б. во время подвижных игр. Историческое наследие игр	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
Игры народов Сибири и Дальнего Востока		7	3,5	3,5	
2.1.	Игра «Перетягивание каната», «Смелые ребята»	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
3.2.	Игра «Борьба на палке», «Бег в снегоступах»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
4.3.	Игра «Куропатки и охотники»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
5.4.	Игра «Здравствуй, догони!», «Охота на куропаток»	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
6.5.	Игра «Отбивка оленей», «Успей поймать».	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
7.6.	Игра «Ручейки и озера», «Ловля оленей»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
8.7.	День любимых игр. Эстафеты, конкурсы, аттракционы.	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии		7	3,5	3,5	
9.1.	Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. Игра «Ищем палочку»	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
10.2.	Игра «Палочка – стукалочка»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
11.3.	Игра«Достань шапку», «Я есть!»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
12.4.	Игра «Биляша», «Мяч»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
13.5.	Игра «Пятнашки на санках», « Стой, олень»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
14.6.	Игра «Невод», «Табун»	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
15.7.	День любимых игр. Игровая программа « Веселые старты»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра

Игры народов Кавказа		7	3,5	3,5	
16.1.	Особенности кавказских игр. Игра «Конно – спортивная игра».	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
17.2.	Игра «Снятие шапки», «Игра в лягушек».	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
18.3.	Игра «Конное поло», «Чья шеренга победит?»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
19.4.	Игра «Отдай платочек», «Палочка – выручалочка».	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
20.5.	Игра «Исюминка», «Земля, вода, воздух, огонь»,	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
21.6.	Игра «Взятие в плен», «Утушка».	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
22.7.	День любимых игр. Соревнования «Веселые забавы»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
Игры народов Украины, Белоруссии		7	3,5	3,5	
23.1.	Игра «Колдун», «Иванка»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
24.2.	Игра «Мельница», «Охотники и утки»	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
25.3.	Игра «Заморозка», «Колечко»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
26.4.	Игра «Гуси летят», «Сосед, подними руку»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
27.5.	Игра «Перетягивание», «Жмурки»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
28.6.	Игра «Посадка картошки», «Догони меня»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
29.7.	День любимых игр. Итоговое мероприятие «Спортивные сказки»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
Игры народов Прибалтики		5	2,5	2,5	
30.1.	Особенности игр народов Прибалтики. Игра «Сторож», «Ловля хорька»	1	0,5	0,5	Соревнование–игра, эстафеты
31.2.	Игра «Король мавров», «Черное и белое», «Стая уток»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
32.3.	Игра «Кольцо», «Птица без гнезда», «Путешественник»	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
33.4.	Игра «Король зверей», «Цветы»	1	0,5	0,5	Опрос-игра, наблюдение
34.5.	Игра «Ригу – рагу», «Утро зайчика» (резерв)	1	0,5	0,5	Соревнование –игра
Итого		34	17	17	

Содержание программы

4 класс. Народные подвижные игры- 34 часа

1. Игры народов Сибири и Дальнего Востока Историческое наследие игр. «Перетягивание каната». «Борьба на палке», «Куропатки и охотники». «Здравствуй, догони!». «Отбивка оленей». «Ручейки и озера». «Смелые ребята». «Бег в снегоступах». «Охота на куропаток». «Успей поймать». «Ловля оленей». Эстафеты, конкурсы, аттракционы.

2. Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии. Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. «Ищем палочку». «Палочка – стукалочка». «Достань шапку». «Я есть!». «Биляша». «Мяч». «Пятнашки на санках». «Стой, олень». «Невод». «Табун». Игровая программа «Веселые старты».

3. Игры народов Кавказа. Особенности кавказских игр. «Конно – спортивная игра». «Снятие шапки». «Игра в лягушек». «Конное поло». «Чья шеренга победит?». «Отдай платочек». Традиции народных праздников Кавказа. «Палочка – выручалочка». «День и ночь». «Изюминка». «Земля, вода, воздух, огонь», «Взятие в плен». «Утушка». Соревнования: «Веселые забавы».

4. Игры народов Украины, Белоруссии «Колдун». «Иванка». «Мельница». «Охотники и утки». «Заморозка». «Колечко». «Гуси летят». «Сосед, подними руку». «Перетягивание». «Жмурки». Посадка картошки. «Догони меня». Итоговое мероприятие: «Спортивные сказки».

5. Игры народов Прибалтики Особенности игр народов Прибалтики. «Сторож». «Король мавров». «Черное и белое». «Кольцо». «Птица без гнезда». «Король зверей». «Цветы». «Ригу – рагу». «Утро зайчика». «Ловля хорька». «Стая уток». «Путешественник». Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Катание на санках. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору. «Гонки санок», «Попади в цель», Игры по выбору. «Быстрые упряжки», «На санки». Игры по выбору. «Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки» Самостоятельные игры Катание на санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей. Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен»

Комплекс организационно-педагогических условий

Методическое обеспечение

Методы обучения используемые на занятиях:

- словесные методы обучения: объяснение, беседы, диалог;
- метод практической работы: упражнения, тренировки, соревнование;
- методы наблюдения.
- наглядные методы обучения: наглядные материалы (рисунки, плакаты, фотографии, таблицы), видеоматериалы, слайды, фотографии.

Распределяя материал по урокам, учитываются основные дидактические принципы: систематичность, доступность, прочность.

Доступность- при изложении материала учитываются возрастные особенности детей, один и тот же материал по разному преподается, в зависимости от возраста и субъективного опыта детей. Материал располагается от простого к сложному. При необходимости допускается повторение части материала, через некоторое время.

Наглядности- человек получает через органы зрения в 5 раз больше информации, чем через слух, поэтому на занятиях используются как наглядные материалы, так и обучающие программы.

Сознательности и активности- для активизации деятельности детей используются такие формы обучения, как занятия- исследования, викторины, совместные обсуждения поставленных вопросов и свободное творчество.

Формы обучения:

- коллективная деятельность, позволяющая подчинять свои личные интересы общей цели, воспитывать чувство ответственности, сопереживания за результаты работы всех учащихся;
- групповая деятельность, помогающая детям в реализации своих возможностей, организация взаимопомощи в группах;
- совместное творчество детей и педагога, способствующее развитию коммуникабельности учащихся;
- участие в конкурсах, соревнованиях.

Условия реализации программы

2.2.1 Материально-техническая база

- спортивный зал
- мячи резиновые
- мячи баскетбольные
- мячи волейбольные
- скакалки
- кегли
- гимнастические скамейки

2.2.2 Программно-методическое обеспечение:

- методическая и учебная литература, справочный материал;

2.2.3 Кадровое обеспечение: учитель начальных классов

Оценочные материалы

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

Входной: проводится тестирование физических данных учащихся;

Текущий: 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 оттого, что их успехи ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

Итоговый: участие в спортивном соревновании.

Показателями качества воспитательной работы в объединении являются следующие критерии:

Виды и периодичность контроля результативности обучения

Вид контроля	Формы контроля	Периодичность контроля
Предварительный	Опрос-игра Наблюдение	Первое занятие
Периодический	Опрос-игра Наблюдение Соревнование-игра	В периоде обучения
Итоговый: - Промежуточная аттестация по окончании курса. - Подведение итогов реализации программы по окончании программы	Итоговые конкурсы и состязания. Анализ результатов	Последнее занятие

Список литературы

Для педагогов:

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебнометодическое пособие /Владос, 2001.
3. Журнал «Практика» (№ 4/2004 г.).
4. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.
5. Игнатьева В.Я. Гандбол. Пособие для институтов. Образовательные программы и методические материалы для реализации третьего дополнительного и урока физической культуры /Под ред. к.б.н. Э.И. Абрамова/Институт повышения квалификации и переподготовки работников образования Курганской области. – Курган, 2005.
6. Константинов Ю.С. Туристическая игротка. Учебно-методическое пособие /Владос, 2000 г./ физической культуры, 1983.
7. Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе. - /Новая школа/, Москва, 1997.
8. Детская лечебная физическая культура: учебно-методическое пособие / Пягай Л.П. / ТГПИ им. Д.И. Менделеева. – Тобольск, 2003.
9. Физическая культура для школьников, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе /Под ред. И.Д. Романовой / “Просвещение”. – М., 1979.
10. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика, 1989.
11. Смолевский В.М., Ивлиев Б.К. Нетрадиционные виды гимнастики, 1992 г и др.
12. Газета «Спорт в школе», журнал «Физкультура в школе» (1997-2005).

Для учащихся:

1. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.
2. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985. 3. Железняк Ю.Д. Волейбол в школе, 1989.
4. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 1986 5. Панкеев И. Русские народные игры. - Москва, 1998.

Интернет-источники:

1. <http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1> Информационные технологии обучения в преподавании физической культуры.
2. <https://vashechudo.ru/raznoe/igry-i-konkursy-dlja-detei/igry-dlja-detei-zimoil> Игр
3. <http://www.school.edu.ru> Российский образовательный портал.

