

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
« Нурумбальская средняя общеобразовательная школа»

**Рассмотрено**

на педагог. совете  
Протокол № \_6\_\_  
от «30» августа 2021\_г.

**Утверждено**

Директор школы  
\_\_\_\_\_ /Хасанова Р. И./

**Дополнительная общеобразовательная программа**

**«Подвижные игры»**

Направленность программы: Спортивно – оздоровительная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 6,5-8лет

Срок освоения программы: 1года

Объем часов: 30ч

Фамилия И.О.должность разработчика (ов) программы: Борисова Наталия

Логиновна,учитель начальных классов

д.Нурумбал  
2021г

## Содержание

### Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы:

1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2 Цель и задачи программы.....	5
1.3 Содержание программы.....	5
1.4 Планируемые результаты.....	8

### Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график.....	9
2.2 Условия реализации программы.....	12
2.3 Оценочные материалы.....	13
2.4 Методические материалы.....	14
Список использованной литературы.....	15

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы:**

### **1.1 Общая характеристика программы**

#### **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, на основе примерных программ внеурочной деятельности.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

### **Актуальность**

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

### **Срок освоения программы**

Программа рассчитана на учащихся 1 классов. 1 час в неделю, 33 часа в год.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

### **Режим занятий:**

В 1 классе начальной школы занятия продолжительностью 35 минут проводятся 1 раз в неделю. В состав кружка входят дети 6,5-8 лет в количестве 14 человек.

**1.2 Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

### **1.3Содержание программы**

Содержание программы отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. 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. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

**Ценностными ориентирами содержания** данного кружка являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

## Основное содержание курса внеурочной деятельности

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

3. *Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

### Разделы Программы:

№ п/п	Название раздела	Сроки усвоения программных разделов/года обучения	Цель
-	Русские народные игры	1	Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности обучающихся, координацию движений, силу и ловкость, воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.
-	Подвижные игры	1	Совершенствовать координацию движений, развивать быстроту реакции, сообразительность,

			внимание, умение действовать в коллективе, воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.
-	Эстафеты	1	Познакомить с правилами эстафет, развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения, воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

Детям 6-8 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

#### **1.4 Планируемые результаты:**

Освоение обучающимися Программы направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

В результате освоения программы курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» формируются следующие УУД:

##### **Личностные УУД:**

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

## **Метапредметные УУД:**

### Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

### Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

### Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения;

## **Раздел 2.Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1 Календарный учебный график**

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений,

силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

**«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

#### **Распределение учебных часов по разделам программы**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	итого	33

#### **Календарно - тематическое планирование**

№	Тема занятия	Дата проведения
<b>Русские народные игры(8ч)</b>		
1	Русская народная игра «У медведя во бору»	
2	Русская народная игра «Филин и пташка».	
3	Русская народная игра «Горелки».	
4	Русская народная игра «Гуси-лебеди»	
5	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	
6	Русская народная игра «Классики»	
7	Русская народная игра «Пчелки и ласточки»	
8	Русская народная игра «Совушка»	

<b>Подвижные игры (17ч)</b>		
9	Игра «К своим флажкам»	
10	Игра «Кот идет»	
11	Игра «Северный и южный ветер»	
12	Игра «Соревнования скороходов»	
13	Игра «Колдунчики»	
14	Игра «Ловишки с приседаниями»	
15	Игра «Мышеловка»	
16	Игра «Пустое место»	
17	Игра «Волк во рву»	
18	Игра «Охотники и зайцы»	
19	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	
20	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	
21	Игра «Лиса и куры»	
22	Игра «Карусель».	
23	Игра «Кто быстрее?»	
24	Игра «Конники-спортсмены»	
25	Игра «Караси и Щуки»	
<b>Эстафеты (8ч)</b>		
26	Эстафета зверей	
27	Эстафеты с мячом	
28	Быстрые и ловкие	
29	Эстафеты с обручем	

30	Эстафеты со скакалкой	
31	Быстрые и ловкие	
32	Эстафеты с мячом	
33	Итоговое занятие	

## 2.2 Условия реализации программы

### Этапы реализации:

**1 этап** – начальный, включающий определение знаний, умений, которые дети получают от педагога в готовом виде.

**2 этап** – учебно-развивающий, дающий возможность под руководством педагога применить полученные знания и умения в игре.

**3 этап** – совершенствования ЗУН. На этом этапе создаются авторские работы, самостоятельно организуют игры. Педагог выступает в роли консультанта.

### Материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших обучающихся в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его

количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);

К – полный комплект (для каждого обучающегося);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 обучающихся);

П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек).

<b>Учебно-практическое оборудование</b>		
1	Скамейка гимнастическая	П
2	Мячи: малый мяч (мягкий), волейбольные, футбольные	Д,П
3	Палка гимнастическая	К
4	Скакалка детская	К
5	Кегли	К
6	Обруч	Ф

## **2.3 Оценочные материалы**

### **Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности**

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения Программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «Портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- викторины;
- конкурсы;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

## **2.4 Методические материалы**

При проведении занятий в основном используются **игровой и соревновательный методы**.

Каждое занятие начинается с организационного выхода к месту занятий. С целью подготовки организма школьников к предстоящей физической нагрузке в начале каждого занятия проводятся ходьба, бег в медленном темпе, общеразвивающие упражнения.

Бег в медленном темпе является важной частью занятия. Он способствует активизации функций организма школьников, которые закономерно снижаются в результате учебной деятельности. Кроме того, бег со скоростью 1,5 - 2 м/с используется как основное средство развития выносливости. Для поддержания у учащихся постоянного интереса к бегу в медленном и среднем темпах необходимо чередовать с ходьбой, с упражнениями на восстановление дыхания, использовать бег с изменениями направления, «змейкой», с преодолением препятствий и т. п.

### **Формы занятий**

Форма проведения занятий:

- групповой;
- игровой;

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

### **Алгоритм работы с играми:**

- Знакомство с содержанием игры.

- Объяснение содержания игры.
- Объяснение правил игры.
- Разучивание игр.
- Проведение игр.

Эффективность проведения игры зависит от решения таких организационных **факторов**, как:

- умение доходчиво и интересно объяснить игру;
- размещение игроков во время ее проведения;
- определение ведущих;
- распределение на команды;
- определение помощников;
- руководства процессом игры;
- дозирование нагрузки в игре;
- окончание игры.

### **Список литературы.**

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-4 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
3. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.