

Администрация
Таборинского муниципального района
Муниципальное автономное учреждение
Таборинский центр дополнительного образования «Радуга»

Рассмотрено педагогическим советом
МАУ ТЦДО «Радуга»
Протокол № 28
«25» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУ ТЦДО
«Радуга»
 /Н.В. Райченко
Приказ № 32 лсо
от 01 сентября 2025»



**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Спортивные игры»**

Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок обучения: 1 лет
Общий объем программы: 144 часов

Автор-составитель:
Петренко Алина Алексеевна,
педагог дополнительного образования

с.Таборы, 2025 год.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ	6
3.УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	7
4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	8
5. МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	10
6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ	12
7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	13

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Одной из центральных линий Стандартов второго поколения выступают задачи формирования разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Рабочая программа «Спортивные игры» в основной школе выполняет особую роль, так как обладает мощным развивающим потенциалом. Специфика курса состоит в том, что он строится на психологической и дидактической базе, которая является в среднем школьном возрасте необходимым звеном целостного процесса духовного, нравственного и физического развития.

Игра возникла на самой ранней стадии развития человеческого общества и во все времена была своеобразной школой, в которой дети получали физическую и духовную закладку, познавали окружающий мир, учились действовать и добиваться успехов. Эмоционально насыщенные, яркие и разнообразные по содержанию, игры социальны по своей сущности, так как отражают опыт человеческих отношений, формируют нравственность ребёнка и укрепляют его здоровье.

В играх познаются различные свойства предметов, разнообразные стороны жизни. При помощи игры ребята получают информацию. Она поступает к ним без насилия и нажима. Основными мотивами является интерес, положительные эмоции, сопровождаемые чувством радости.

Психология ребёнка такова, что он видит и переживает, отражается в его поступке, действии. Ребёнок постоянно стремится к деятельности, к общению, не имея возможности удовлетворить эту потребность в другой форме, кроме как в игре. Это - один из факторов, привлекающих детей к игре.

Актуальность программы

Программа дополнительная образования по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» в 1-4 классах решает проблему организации внеурочной деятельности младших школьников.

Школьники, освоившие программу «Спортивные игры» приобретают качества, необходимые им в будущей жизни: приучаются сами в любой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу.

Педагогическая целесообразность

Спортивные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания, личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Основная задача педагога заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно.

Цель программы

Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
2. Популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха.
3. Обучение технике и тактике спортивных игр.

Характеристика образовательного процесса:

Данная программа предназначена для детей младшего школьного возраста (7 - 10 лет).

Направленность дополнительной общеобразовательной программы – **физкультурно-спортивная.**

Условия набора в группу: Зачисление на обучение по программе осуществляется на основании заявления родителей. Обучение осуществляется на бесплатной основе, медицинская справка.

Количество детей в группе: 10 детей

Количество групп: 1

Продолжительность реализации программы: 1 год

Количество часов в год: 144, занятий в неделю – 3 занятий

Направление деятельности – спортивно-оздоровительное.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Предметные результаты

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся должны **знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки.

3. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Разделы	Кол- во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Вводное занятие	1		1	
2	Русские народные игры	20	5	15	Педагогическое наблюдение
3	Спортивные игры	90	10	80	Педагогическое наблюдение
4	Эстафеты	33	3	30	Педагогическое наблюдение
	Итого	144	18	126	

ПРИ НАГРУЗКЕ 9 ЧАСОВ В НЕДЕЛЮ – 324 ЧАСА

4.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Каждое занятие, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теоретические сведения - это объяснение нового материала, информация познавательного характера, общие сведения.

Практические работы включают выполнение физических упражнений, подвижных игр, отчет о проделанной работе.

Учащиеся приобретают необходимые в жизни элементарные знания, умения и навыки.

В процессе занятий, накапливая практический опыт, обучающиеся от простых упражнений постепенно переходят к освоению сложных, применять знания и физические умения в изменяющихся условиях.

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.
- **«Спортивные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитание инициативы, культуры поведения, творческого подхода к игре.
- **«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимания, навыков 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.

№	Разделы	Теория	Практика
1	Вводное занятие		ТБ на занятиях.
2	Русские народные игры	Культура и традиции русского народа, о самом интересном	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки». Правила игр. Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун». Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей». Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Русская народная игра «Удар по веревочке». Правила игры. Проведение игры. Русская народная игра «Лапта». Правила игры. Проведение игры.
3	Спортивные игры	Правила каждой игры, техника безопасности	Игры с прыжками: «Попрыгунчики-воробушки». «Прыжки по полоскам». Правила игры, проведение игры. Игры. Эстафеты. Полоса препятствий. Усложнённая полоса препятствий. Подвижная игра «Пионербол». Отработка игровых приёмов. Игра. Спортивный праздник "ловкие, быстрые, смелые".
4	Эстафеты	Правила каждой игры, техника безопасности	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа: «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты со скакалкой. Упражнения со скакалкой. Эстафеты с баскетбольным мячом.
	Итого	18	126

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- стенка гимнастическая;
- бревно гимнастическое напольное;
- скамейки гимнастические;
- палки гимнастические;
- скакалки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- маты гимнастические;
- перекладина навесная;
- канат для лазанья;
- комплект навесного оборудования (мишени, перекладины);
- мячи набивные (1 кг);
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- мячи большие (резиновые, футбольные, волейбольные, баскетбольные);
- кегли
- щиты с баскетбольными кольцами;
- стойки волейбольные;
- стойки с баскетбольными кольцами;
- сетка волейбольная;
- конусы;
- футбольные ворота.
- Кадровое обеспечение:

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Педагог дополнительного образования. Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», он должен иметь высшее или среднее профессиональное образование в области «Образование и педагогические науки».

Тренер-преподаватель. Специалист должен обладать профессиональным образованием в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышать уровень профессионального мастерства.

Методическое обеспечение:

Включает нормативные документы, программы, методы проведения игр и требования к инвентарю. Это обеспечение предназначено для учителей физической культуры, педагогов дополнительного образования и тренеров-преподавателей, реализующих программы в области физической культуры и спорта.

6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1	2	3
Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины • Значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся; • правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми; • названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники; • контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.	Характеристики демонстрируемых знаний Развивает физические способности и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся; Соблюдает правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми; Разучивает технические приёмы игр и основы правильной техники; Контролирует упражнения подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.	• Тестирование уровня развития двигательных способностей; • Анкетирование

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. В.И.Лях, А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов-М: «Просвещение»,2019г.
2. «Физическая культура» № 3 – 2013г, научно-методический журнал.
3. Авторская программа «Третий оздоровительный урок физической культуры в общеобразовательной школе».
4. В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления – М., 2000г.
5. Д.З. Шибакова, «Наука быть здоровым» - Челябинск, Южно - Урал. Книжн. Издательство.1997г. Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев, «Твоё здоровье» Укрепление организма. – Санкт – Петербург 2006г.
6. А.П.Колтановский, «Тропы и дорожки здоровья» - М., Ф. и Спорт,1986г.
7. Устюжанина Л.В. «Опыт организации и проведения уроков здоровья», Курган-
8. М.Ф. Литвинова «Русские народные Время играть» Детский портал «Солнышко»