



Государственное бюджетное комплексное учреждение
Архангельской области общего типа
«Вельский центр социальной помощи семье и детям “Скворушка “»
(ГБКУ АО «Вельский центр “Скворушка “»)

РАССМОТРЕНО
Методическим советом ГБКУ АО
«Вельский центр "Скворушка"»
Протокол № _____
от «___» _____ 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБКУ АО «Вельский центр
"Скворушка"»
_____ Т.В. Рябова
«___» _____ 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности
«Подвижные игры»

Категория обучающихся:
7-11 лет

Срок реализации программы:
3 месяца

Автор составитель:
Ломтева Юлия Валерьевна,
социальный педагог

г. Вельск

2023 г.

1. Пояснительная записка

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности детей, одним из самых любимых и полезных занятий детей любого возраста, лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению. В играх дети упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Приобретённый двигательный опыт создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

На современном этапе общественного развития главенствующее значение имеет формирование здоровой, социально активной, гармонически развитой личности. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **физкультурно-спортивной направленности** «Подвижные игры» ориентирована на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. Программа включает в себя игровую часть, в которой дети изучают подвижные игры.

Дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры» разработана в соответствии с **нормативно-правовыми документами:**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р (ред. от 15.05.2023),
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629.),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СанПиН СП 2.4.3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г.);
- Устав Государственного бюджетного комплексного учреждения Архангельской области общего типа «Вельского центра социальной помощи семье и детям "Скворушка"» и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях социально-педагогической направленности и спецификой работы учреждения.

Актуальность программы выражена в необходимости удовлетворения физиологической потребности детей в движении и недопущении негативного воздействия дефицита движения на здоровье детей. Подвижные игры - это хорошая профилактика раннего остеохондроза и сколиоза у детей, средство повышения уверенности в себе, позитивного настроения, улучшения взаимодействия детей в коллективе.

Возможность использования программы в других образовательных системах.

Программа «Подвижные игры» реализуется в ГБКУ АО «Вельский центр социальной помощи семье и детям "Скворушка"». Возможна её реализация в сетевой форме совместно с образовательными школами города Вельска и Вельского района.

Цель программы – повышение двигательной активности детей посредством вовлечения в занятия подвижными играми.

Задачи программы:

Образовательные:

- знакомить обучающихся с разнообразием подвижных игр;
- обучать правилам подвижных игр;

Развивающие:

- развивать внимание, двигательную активность, зрительное и слуховое восприятие;
- способствовать развитию коммуникативных навыков, умение взаимодействовать в команде.

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества обучающихся – смелость, решительность, целеустремлённость, настойчивость, взаимопомощь.

Отличительной особенностью программы является наполнение занятий не только педагогическими методами и приемами обучения подвижным играм, но и развитие психических процессов обучающихся (внимания, мышления, воображения, ...).

Общеразвивающие физические упражнения перед каждой игрой способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению. Занятия направлены на снятие психологического напряжения после умственной работы.

Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост детей. Обучение содержанию программного материала осуществляется в соответствии с основополагающими методическими принципами: от простого к сложному; от частного к общему; с использованием технологий личностно-ориентированного подхода в обучении.

Характеристика обучающихся по программе.

Программа предназначена для детей, посещающих отделение дневного пребывания несовершеннолетних ГБКУ АО Вельского центра «Скворушка» от 7 до 11 лет. Наполняемость группы 8-13 человек; формирование групп осуществляется из детей примерно одной возрастной категории: 7-11 лет. В состав группы не могут быть включены дети, чьи родители не дали согласие на посещение занятий. Программа рассчитана на 24 занятия (24 часа). Количество занятий в неделю может быть от одного до двух. Продолжительность каждого занятия составляет один академический час (45 минут). Программа реализуется в групповой форме.

Срок реализации дополнительной образовательной программы - 3 месяца.

Формы и режим занятий: Программа реализуется на русском языке в очной форме, на занятиях осуществляется групповая, индивидуальная, парная деятельность. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу (45 минут), всего 24 занятия.

Ожидаемые результаты программы и форма их проверки.

По окончании обучения по программе «Подвижные игры» обучающиеся должны

Знать:

- виды подвижных игр;
- правила изучаемых подвижных игр;
- комплексы общеразвивающих упражнений;

Уметь:

- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений;
- организованно играть в подвижные игры;
- взаимодействовать в команде в процессе игры.

Способы определения результативности – наблюдение.

Формы контроля и подведения итогов программы.

Итоги программы подводятся с помощью наблюдения, которое будет проведено перед началом курса занятий, в середине и по его окончании, т.е. первичная и итоговая диагностика (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 1)

Результаты опроса позволят оценить уровень освоения практических умений.

Учебно-тематический план/Учебный план.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего часов	Тео- рия	Практ ика	
	Народные подвижные игры				
1	Подвижная игра «Гуси-лебеди»			1	Лист наблюдений
2	Подвижная игра «Мыши водят хоровод»			1	
3	Подвижная игра «Хитрая лиса»			1	
4	Подвижная игра «Салки»			1	
5	Подвижная игра «Тише едешь»			1	
	Игры с мячом				
1	Подвижная игра «Картошка»			1	
2	Подвижная игра «Перестрелки»			1	
3	Подвижная игра «Свечки»			1	
4	Подвижная игра «Вышибалы»			1	
5	Подвижная игра «Пионербол»			1	
6	Подвижная игра «Мяч через сетку»			1	
	Игры - эстафеты				
1	Подвижная игра «Веселая эстафета»			1	
2	Подвижная игра «Кто быстрее»			1	
3	Подвижная игра «Веселые финиши»			1	
4.	Подвижная игра «Спортландия»			1	
5.	Подвижная игра «Детские забавы»			1	
	Подвижные игры с элементами спортивных игр				
1	Подвижная игра «Гонка мячей»			1	
2	Подвижная игра «Забей гол»			1	
3	Подвижная игра «Передай пас»			1	
4	Подвижная игра «Баскетбольные салочки»			1	
5.	Подвижная игра «Футбол»			1	
6	Подвижная игра «Попади в ворота»			1	
7	Подвижная игра «Хоккеисты»			1	
8	Подвижная игра «10 передач»			1	Лист наблюдений
Итого		24		24	

Календарно-учебный график.

№ п/п	Месяц, неделя/ число	Форма занятия	Кол- во часов	Раздел, тема занятия	Форма контроля
1	Март,	Практическое	1	Подвижная игра	Лист

	1 неделя, 4	занятие с элементами лекции		«Гуси-лебеди»	наблюдений
2	Март, 1 неделя, 6	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Мыши водят хоровод»	
3	Март, 2 неделя, 11	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Хитрая лиса»	
4	Март, 2 неделя, 13	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Салки»	
5	Март, 3 неделя, 18	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Тише едешь»	
6	Март, 3 неделя, 20	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Картошка»	
7	Март, 4 неделя, 25	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Перестрелки»	
8	Март, 4 неделя, 27	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Свечки»	
9	Апрель, 1 неделя, 1	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Вышибалы»	
10	Апрель, 1 неделя 3	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Пионербол»	
11	Апрель, 2 неделя, 8	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Мяч через сетку»	
12	Апрель, 2 Неделя, 10	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Веселая эстафета»	
13	Апрель, 3 Неделя, 15	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Кто быстрее»	
14	Апрель, 3 Неделя, 17	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Веселые финиши»	
15	Апрель, 4 Неделя, 22	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Спортландия»	
16	Апрель, 4 Неделя, 24	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Детские забавы»	
17	Май, 1 неделя, 6	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Гонка мячей»	
18	Май, 1 неделя, 7	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Забей гол»	
19	Май, 2 неделя, 13	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Передай пас»	
20	Май, 2 неделя, 15	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Баскетбольные салочки»	
21	Май, 3 неделя, 20	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Футбол»	
22	Май, 3 неделя, 21	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Попади в ворота»	
23	Май, 3 неделя, 22	Практическое занятие	1	Подвижная игра «Хоккеисты»	
24	Май, 4 неделя, 27	Практическое занятие	1	Подвижная игра «10 передач»	Лист наблюдений

Содержание рабочей программы.

№	Название темы	Формы, виды учебных занятий, кол-во часов	Содержание
1	Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Практическое занятие с элементами лекции 1 час	1. Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми 2. Общеразвивающие упражнения в движении 3. Общеразвивающие упражнения без предметов 4. Наблюдение (Лист наблюдений) 5. Подвижная игра «Гуси-лебеди» 6. Подвижная игра «У медведя во бору» 7. Подведение итогов
2	Подвижная игра «Мыши водят хоровод»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения без предметов 3. Подвижная игра «Гуси-лебеди» 4. Подвижная игра «Мыши водят хоровод» 5. Подведение итогов
3	Подвижная игра «Хитрая лиса»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «У медведя во бору» 4. Подвижная игра «Хитрая лиса» 5. Подведение итогов
4	Подвижная игра «Салки»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Салки» 4. Подвижная игра «Хитрая лиса» 5. Подведение итогов
5	Подвижная игра «Тише едешь»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Тише едешь» 4. Подвижная игра «Салки» 5. Подведение итогов
6	Подвижная игра «Картошка»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения в парах 3. Подвижная игра «Картошка» 4. Подвижная игра «Тише едешь» 5. Подведение итогов
7	Подвижная игра «Перестрелки»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения на месте 2. Общеразвивающие упражнения в парах 3. Подвижная игра «Картошка» 4. Подвижная игра «Перестрелки» 5. Подведение итогов
8	Подвижная игра «Свечки»	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения без предметов 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Картошка» 4. Подвижная игра «Свечки» 5. Подведение итогов
9	Подвижная игра	Практическое занятие 1 час	1. Общеразвивающие упражнения без предметов

	игра «Вышибалы»		2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Вышибалы» 4. Подвижная игра «Свечки» 5. Подведение итогов
10	Подвижная игра «Пионербол»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Пионербол» 4. Подвижная игра «Вышибалы» 5. Подведение итогов
11	Подвижная игра «Мяч через сетку»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Мяч через сетку» 4. Подвижная игра «Вышибалы» 5. Подведение итогов
12	Подвижная игра «Веселая эстафета»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения в парах 3. Подвижная игра «Веселая эстафета» 4. . Подведение итогов
13	Подвижная игра «Кто быстрее»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения в кругу 3. Подвижная игра «Кто быстрее» 4. Подведение итогов
14	Подвижная игра «Веселые финиши»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Веселые финиши» 4. Подвижная игра «Вышибалы» 5. Подведение итогов
15	Подвижная игра «Спортландия»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Веселые финиши» 4. Подвижная игра «Море волнуется раз» 5. Подведение итогов
16	Подвижная игра «Детские забавы»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Детские забавы» 4. Подвижная игра «Море волнуется раз» 5. Подведение итогов
17	Подвижная игра «Гонка мячей»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения без предметов 3. Подвижная игра «Гонка мячей» 4. Подведение итогов
18	Подвижная игра «Забей гол»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Гонка мячей» 4. Подвижная игра «Забей гол» 5. Подведение итогов
19	Подвижная игра «Передай пас»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения в кругу 3. Подвижная игра «Передай пас» 4. Подвижная игра «Забей гол» 5. Подведение итогов
20	Подвижная	Практическое	1.Общеразвивающие упражнения на месте

	игра «Баскетбольны е салочки»	занятие 1 час	2. Общеразвивающие упражнения в парах 3. Наблюдение (Лист наблюдений) 4. Подвижная игра «Баскетбольные салочки» 5. Подвижная игра «Борьба за мяч» 6. Подведение итогов
21	Подвижная игра «Футбол»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения в кругу 3. Подвижная игра «Футбол» 4. Подвижная игра «Море волнуется раз» 5. Подведение итогов
22	Подвижная игра «Попади в ворота»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения в кругу 3. Подвижная игра «Попади в ворота» 4. Подвижная игра «Перестрелка» 5. Подведение итогов
23	Подвижная игра «Хоккеисты»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «Хоккеисты» 4. Подвижная игра «Море волнуется раз» 5. Подведение итогов
24	Подвижная игра «10 передач»	Практическое занятие 1 час	1.Общеразвивающие упражнения в движении 2. Общеразвивающие упражнения на месте 3. Подвижная игра «10 передач» 4. Подвижная игра «Вышибалы» 5.Наблюдение (Лист наблюдений) 6. Подведение итогов

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

Спортивный зал для занятий соответствует требованиям СанПиН 2.4.43172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительных организаций дополнительного образования детей».

Перечень оборудования и материалов, необходимых для занятий:

Оборудование: волейбольные мячи - 2 шт., футбольные мячи-6 шт, баскетбольные мячи-2шт, маты гимнастические - 2 шт., стенка гимнастическая – 1 шт., секундомер - 1 шт., скакалки - 6 штук, обручи- 2шт, гимнастические палки-2шт, набивные мячи-2шт, клюжки-2шт, рулетка – 1 шт., конусы – 2 шт, секундомер-1шт, обручи-2 шт, флажки- 2шт, клюшки – 2шт.

Кадровое обеспечение: социальный педагог, педагог дополнительного образования, инструктор по физической культуре, соответствующие Профессиональному стандарту (утвержденные приказом Министерства труда и социальной защиты РФ).

Формы реализации: очная.

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ

1. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.

2. Тихомирова Л.Ф. 1. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.

3. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
4. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.
5. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО 2007 г. - / Мастерская учителя
6. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
7. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
8. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
9. Полиевский С.А., Глейberman А.Н., Залетаев И.П. Общеразвивающие упражнения. М.: Физкультура и спорт, 2002. – 120 с.
10. Пономарева В.В. Физическая культура и здоровье. М., 2001. – 352 с.

Электронные образовательные ресурсы

- 1.<http://www.100let.net/index.htm>
- 2.<http://collegiy.ucoz.ru/publ/6>
- 3.<http://www.chudopredki.ru>
- 4.<http://detlan.ru>
- 5.<http://festival.1september.ru>

Лист наблюдений

Системой подведения итогов является педагогическое наблюдение. Педагогическое наблюдение позволит оценить уровень освоения практических умений.

Ф.И.О.	Проявляет инициативу при игре	Соблюдает правила игры	Соблюдает правила техники безопасности	Проявляет самостоятельность в игре	Умеет легко вступать в контакт с детьми в игре	Проявляет упорство в достижении результата в игре	Умеет играть в команде	Может самостоятельно провести игру

Интерпретация результатов:

0-2 баллов - низкий уровень;

3-6 баллов - средний уровень;

7-8 баллов - высокий уровень.

Формирование практических умений является успешным при положительной динамике наблюдения. Сравнение осуществляется между результатами, показанными в начале, в середине и в конце реализации программы.