

**Комитет образования
администрации муниципального образования Узловский район**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Центр образования Фёдоровский»

Принята
на заседании
педагогического совета
от « 30 » августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МКОУ
«Центр образования Фёдоровский»
Кислова А.Ю.
Приказ № 101-Д от «30 » августа 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа

физкультурно-спортивной направленности

«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Уровень освоения: базовый
Возраст учащихся – 6 – 10 лет
Срок реализации – 4 года
Количество часов - 144

Автор-составитель:

Шаталин Маским Александрович,
учитель физической культуры

Фёдоровка, 2024

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в

муниципальном казённом общеобразовательном учреждении «Центр образования
Фёдоровский (МКОУ «Центр образования Фёдоровский»)

Экспертное заключение (рецензия) № _____ от « ____ » _____ 2024 г.

Эксперт _____ Н.А. Скрипкина ., заместитель директора по УВР _____

(ф.и.о., должность)

Раздел 1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» физкультурно-спортивной направленности разработана на основе следующих нормативно – правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г "Об образовании в Российской Федерации " № 273 - ФЗ;
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726 –р;
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41 «Об утверждении СанПин2.4.43172 – 14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образова-ния детей»;
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г Министерства образования и науки РФ
6. Локальные нормативные акты МКОУ ЦО «Федоровский»

Новизна программы заключается в использовании игровых технологий, что является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебно-воспитательного процесса.

Актуальность программы обусловлена интересом детей к игровой деятельности. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодёжью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личносно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности,

самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что у детей при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

Отличительная особенность программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

Адресат программы.

Программа разработана для детей младшего школьного возраста, 6-10 лет (мальчиков и девочек).

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие.

Уровень, объём и срок реализации программы.

Программа рассчитана на 4 год обучения – 144 часа.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня.

Форма обучения – очная.

Режим занятий

Занятия проводятся:

1 раза в неделю по 1 часу, продолжительность занятия 45 минут.

Принципы комплектования группы:

Прием детей в объединение «Спортивные игры »» проводится в начале учебного года по их желанию и согласию родителей и законных представителей.

Объём освоения программы: 144 часа, 1 часа в неделю.

Срок освоения программы: 01.09.2024г-31.05.2028 г

Особенности организации образовательного процесса - в соответствии с учебно-тематическим планам, формируются группы учащихся разного возраста, состав группы - постоянный; **виды занятий** по программе

определяются ее содержанием: групповые, коллективные, фронтальные; и могут предусматривать беседы, практические занятия (строевая и физическая подготовка, подвижные игры).

1.2. Цель программы :

укрепление здоровья, физическое и личностное развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

Задачи программы:

обучающие

- осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;

развивающие

- развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;

- формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;

воспитательные

- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;

Планируемые результаты.

Предметные:

- иметь представление о здоровом образе жизни;

- знать правила поведения в процессе коллективных действий;

- знать историю возникновения и развития подвижных игр;

- правила подвижных игр.

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);

- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- об историческом наследии русского народа и русских народных игр;
- о традициях русских народных праздников;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Личностные:

- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

Метапредметные

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми ;
- подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;
- владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№П/П	Название раздела	теория	практика	Всего часов	Форма контроля
1	Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре	0,5	1,5	2	Опрос

2	Общеразвивающие упражнения.	1	41	42	Обобщение знаний и умений, тестирование
3	Ходьба, бег, прыжки.	1	19	20	Обобщение знаний и умений, тестирование
4.	Игры подвижные.	1	15	16	Показ, имитация, рассказ
5.	Совершенствование развивающих подвижных игр.	1	33	34	Обобщение знаний и умений, тестирование
6.	Игры, эстафеты.	1	29	30	Обобщение знаний и умений, тестирование
Итого		5,5	138,5	144	

Содержание программы.

1. Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре

Теория: знакомство с детьми, ознакомление с программой; инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий.

Практика: проведение подвижных игр

2. Общеразвивающие упражнения.

Теория: ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений.

Практика: общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для развития дистанционной скорости. упражнения для развития ловкости, гибкости, быстроты, внимания. Упражнения из других видов спорта. Комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов и с предметами. Упражнения с разными видами дыхания. Игры на внимание – «Выбери друга», рекреационные игры.

3. Ходьба, бег, прыжки.

Теория: виды ходьбы.

Практика: ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения. Бег прямолинейный, равномерный, с ускорением, с изменением направления и темпа движения, с преодолением препятствий. Бег на короткие дистанции до 30 метров и на длинные в медленном темпе. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу, с места, с разбега, в длину, в высоту, с высоты. Подвижные игры

4. Игры подвижные.

Теория: виды игр.

Практика: групповые игры без деления на команды. Командные игры. Игры-эстафеты. Соревнования – поединки. Большая игра с малым мячом. Прыгалки – скакалки. Спортивные развлечения и забавы на площадке. Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги, в круг, в колонну, фигурная маршировка.

5. Совершенствование развивающих подвижных игр.

Теория: знакомство с правилами игр на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов.

Практика: игры на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов.

6. Игры, эстафеты.

Теория: знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр.

Практика: Игры-цеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.

Игры на реакцию.

Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом.

Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты.

Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.

Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, волейбола и т.д.

Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»

Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник.

Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д.

Старинные игры

Игры на меткость. Стрельба по мишеням. «Снежки»

Русские народные игры.

**Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий,
включающий форму аттестации**

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	Сентябрь			Лекция, практическое занятие	1	Инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий.	МКОУ ЦО «Федоровский»	Рассказ, опрос
	Сентябрь			Практическое занятие	1	Ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений без предметов	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Сентябрь			Практическое занятие	1	Упражнения для развития дистанционной	МКОУ ЦО «Федоровский»	Выполнение нормативов,

						скорости		тестиро вание
	Сент ябрь			Практич еское занятие		Упражнени я для развития ловкости	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Октя брь			Практич еское занятие		Упражнени я для развития гибкости	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Тестиро вание
	Октя брь			Практич еское занятие		Упражнени я для развития быстроты	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Октя брь			Практич еское занятие		Упражнени я для развития внимания.	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Октя брь			Практич еское занятие		Упражнени я из других видов спорта.	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Октя брь			Практич еское занятие		Комплексы упражнени й на формирова ние правильно й осанки без предметов	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Октя брь			Практич еское занятие		Комплексы упражнени й на формирова ние правильно й осанки с предметам и.	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Октя брь			Практич еское занятие		Упражнени я с разными видами	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ

						дыхания.		
	Октябрь			Практическое занятие		Игры на внимание – «Выбери друга»	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Октябрь			Практическое занятие		Рекреационные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие		Подвижные игры с шарами Изучение правил игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие		Подвижные групповые игры для мальчиков и девочек	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие		Подвижные игры с обручем и скакалкой Изучение правил игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие		Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие		Знакомство с играми разных народов. Игры: «Найди	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ

						платок» - Австрия, «Лиса и квочка» - Турция, «Аист и лягушка» - Япония, «Золотое зернышко» - Белоруссия, «Стрельба в мишень» - Тувинская..		
	Ноябрь			Практическое занятие	1	Игры малой интенсивности	МКОУ ЦО «Федоровский»	
	Ноябрь			Практическое занятие	1	Силовые игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие	1	Игры, способствующие развитию основных физических качеств.	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Ноябрь			Практическое занятие	1	Знакомство с зимними играми. Игра «Ловцы снега».	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Декабрь			Практическое занятие	1	Теория: виды ходьбы	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Декабрь			Практическое занятие	1	Ходьба обычная с различным положением	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний

						м рук, с изменение м темпа, движения.		и умений
	Декабрь			Практическое занятие	1	Бег прямолинейный, Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Декабрь			Практическое занятие	1	Бег равномерный, с ускорением. Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Декабрь			Практическое занятие	1	Бег с изменением направления и темпа движения. Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Декабрь			Практическое занятие	1	Бег с преодолением препятствий. на короткие дистанции до 30 метров Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Декабрь			Практическое занятие	1	Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений, тестирование

								вание
	Декабрь			Практическое занятие	1	Прыжки в длину. Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений, тестирование
	Декабрь			Практическое занятие	1	Прыжки в высоту. Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Январь			Практическое занятие	1	Прыжки с высоты. Подвижные игры	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Январь			Практическое занятие	1	Игры подвижные. Теория: виды игр. Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Январь			Практическое занятие	1	Разучивание	МКОУ	Показ,

	рь			еское занятие		е специальн ых упражнени й: построение в круг. Групповые игры без разделения на команды	ЦО «Федоро вский»	имитаци я, рассказ
	Янва рь			Практич еское занятие	1	Разучивани е специальн ых упражнени й: фигурная маршировк а Командные игры	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Показ, имитаци я, рассказ
	Янва рь			Практич еское занятие	1	Игры- эстафеты	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений, тестиро вание
	Янва рь			Практич еское занятие	1	Соревнова ния – поединки	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений, тестиро вание
	Февр аль			Практич еское занятие	1	Большая игра с малым мячом.	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний

								и умений
	Февраль			Практическое занятие	1	Прыгалки – скакалки	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Февраль			Практическое занятие	1	Спортивные развлечения и забавы на площадке	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Февраль			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие координации движения	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Февраль			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие скорости	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Февраль			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие ловкости	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Февраль			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие выносливости	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Февр			Практич	1	Знакомство	МКОУ	Показ,

	аль			еское занятие		с правилами игр на развитие гибкости	ЦО «Федоровский»	имитация, рассказ
	Март			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие быстроты, внимания	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Март			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие внимания	МКОУ ЦО «Федоровский»	Показ, имитация, рассказ
	Март			Практическое занятие	1	Игры на развитие координации движения	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Март			Практическое занятие	1	Игры на развитие скорости	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Март			Практическое занятие	1	Игры на развитие ловкости	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Март			Практическое занятие	1	Игры на развитие выносливости	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний

								и умений
	Март			Практич еское занятие	1	Игры на развитие гибкости	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений
	Март			Практич еское занятие	1	Игры на развитие быстроты	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений
	Март			Практич еское занятие	1	Игры на развитие на формирова ние правильно й осанки	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений
	Апре ль			Практич еское занятие	1	Игры на развитие быстроты внимания	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений
	Апре ль			Практич еское занятие	1	Игры на расслаблен ие мышц	МКОУ ЦО «Федоро вский»	Обобще ние знаний и умений
	Апре ль			Практич еское занятие	1	Игры на развитие подвижнос	МКОУ ЦО «Федоро	Обобще ние знаний

						ти суставов.	вский"	и умений
	Апрель			Практическое занятие	1	Знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр.	МКОУ ЦО «Федоровский"	Показ, имитация, рассказ
	Апрель			Практическое занятие	1	Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение , сохраняющееся на протяжении и всего игрового процесса.	МКОУ ЦО «Федоровский"	Показ, имитация, рассказ
	Апрель			Практическое занятие	1	Игры на реакцию. Догонялки.	МКОУ ЦО «Федоровский"	Обобщение знаний и умений
	Апрель			Практическое занятие	1	Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью	МКОУ ЦО «Федоровский"	Обобщение знаний и умений

						которых является необходимостью перетянуть противника определенным образом.		
	Апрель			Практическое занятие	1	Игры эстафеты	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Апрель			Практическое занятие	1	Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Май			Практическое занятие	1	Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.	МКОУ ЦО «Федоровский»	Обобщение знаний и умений
	Май			Практическое занятие	1	Спортивные игры. Игры по	МКОУ ЦО «Федоро	Обобщение

						мотивам популярны х игровых видов спорта: футбола	вский"	знаний и умений
	Май			Практич еское занятие	1	Спортивны е игры. Игры по мотивам популярны х игровых видов спорта: волейбола	МКОУ ЦО «Федоро вский"	Обобще ние знаний и умений
	Май			Практич еское занятие	1	Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»	МКОУ ЦО «Федоро вский"	Обобще ние знаний и умений
	Май			Практич еское занятие	1	Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультур ный праздник	МКОУ ЦО «Федоро вский"	Обобще ние знаний и умений
	Май			Практич еское занятие	1	Прыгатель ные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д.	МКОУ ЦО «Федоро вский"	Показ, имитаци я, рассказ
	Май			Практич еское занятие	1	Старинные игры	МКОУ ЦО «Федоро вский"	Обобще ние знаний и умений
	Май			Практич	1	Игры на	МКОУ	Обобще

				еское занятие		меткость. Стрельба по мишеням	ЦО «Федоро вский»	ние знаний и умений, тестиро вание
	Май			Практич еское занятие	1	Русские народные игры	МКОУ ЦО «Федоро вский»	открыто е занятие

2.2. Условия реализации программы.

Материально – техническое обеспечение программы

Учебные занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке. **Используемое оборудование:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, маты.

Информационное обеспечение методическое обеспечение: наличие программы, наглядных пособий, методических разработок, рекомендаций; – видео-, фото-, интернет источники;

Кадровое обеспечение. Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования.

Дистанционные образовательные технологии

Реализация программы возможна с применением дистанционных технологий в ходе педагогического процесса, при котором целенаправленное опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения на основе педагогически организованных информационных технологий. Основу образовательного процесса составляет целенаправленная и контролируемая интенсивная самостоятельная работа учащегося, который может учиться в удобном для себя месте, по расписанию, имея при себе комплект специальных средств обучения и согласованную возможность контакта с педагогом.

Основными задачами являются:

интенсификация самостоятельной работы учащихся;

предоставление возможности освоения образовательной программы в ситуации невозможности очного обучения (карантинные мероприятия);

повышение качества обучения за счет средств современных информационных и коммуникационных технологий, предоставления доступа к различным информационным ресурсам

Платформы для проведения видеоконференций:

Zoom

Средства для организации учебных коммуникаций:

Коммуникационные сервисы социальной сети «ВКонтакте»

Мессенджеры (Telegram)

Облачные сервисы (Яндекс Дзен)

2.3.Формы аттестации

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемыми результатами проводятся стартовая и итоговая аттестация. Стартовая аттестация проходит на первом занятии в форме тестирования, итоговая – в конце учебного года в результате прохождения детьми основных тем учебного курса.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

Вводный (стартовый)- осуществляется посредством тестирования воспитанника и собеседования с ним;

текущий– задания, которые выполняются в процессе обучения;

итоговый - групповая и индивидуальная диагностика готовности ребёнка к школьному обучению, с помощью тестовых заданий.

Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:

весёлые старты;

спортивные эстафеты;

спортивные праздники;

«День здоровья».

2.4. Оценочные материалы

Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет

Контрольное упражнение	Возраст	Мальчики			Девочки		
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Бег 30 м	7	7,5	7,3	5,6	7,6	7,5	5,8
	8	7,1	7,0	5,4	7,3	7,2	5,6
	9	6,8	6,7	5,1	7,0	6,9	5,3
	10	6,6	6,5	5,0	6,6	6,5	5,2
Челночный бег 3*10м	7	11,2	10,8	9,9	11,7	11,3	10,2
	8	10,4	10,0	9,1	11,2	10,8	9,7
	9	10,2	9,9	8,8	10,8	10,3	9,3
	10	9,9	9,5	8,6	10,4	10,0	9,1
Прыжок в длину с места, см	7	100	115	155	90	110	150
	8	110	125	165	100	125	155
	9	120	130	175	110	135	160
	10	130	140	185	120	140	170
Наклон вперед из положения сидя	7	1	4	9	2	7	11
	8	1	4	7	2	7	12
	9	1	4	7	2	7	13
	10	2	5	8	3	9	14
Подтягивания на перекладине (мальчики – на высокой, девочки-на	7	1	2	4	2	5	12
	8	1	2	4	3	6	14
	9	1	3	5	3	7	16

низкой)	10	1	3	5	4	8	18
Бег 1000м/с	7	-	-	-	-	-	-
	8	-	-	-	-	-	-
	9	6,00	5,30	5,00	7,00	6,30	6,00
	10	5,30	5,00	4,30	6,30	5,40	

Педагогический контроль

№п\п	Тема	Вид контроля
3	Упражнения для развития дистанционной скорости	Стартовый (сентябрь): - тестирование физических качеств; - диагностика физического развития.
29	Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры	Текущий (в течение года): - контроль учета посещаемости занятий; - проведение мониторинга заболеваемости обучающихся
30	Прыжки в длину. Подвижные игры	
36	Игры-эстафеты	Промежуточный: - тестирование физических качеств; - диагностика физического развития
37	Соревнования – поединки	
71	Игры на меткость. Стрельба по мишеням	Итоговый (май): - диагностика физической подготовленности; - диагностика физического развития;
72		- открытое занятие.

Методические материалы

Методы и формы обучения по данной программе определяются требованиями с учетом индивидуальных способностей, развитием и саморазвитием личности.

Формы обучения: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, экскурсии, народные приметы.

Приёмы и методы

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 спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и учащимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития,

физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Список литературы для педагога:

1. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2003.
2. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 2008.
3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту, 2005.
4. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 2001.
5. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2006.

Список литературы для учащихся:

1. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений; Владос - Москва, 2017.
2. Степаненкова Э. Я., Сборник подвижных игр. - СПб.: Речь, 2016.
3. Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.
4. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 2008.
5. Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 2007.