

Утверждено  
приказом директора МКОУ  
ООШ д.Второй Ластик-  
/А.В.Янактаев  
от 27 .05.2025 № 47- ОД

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Уровень программы : базовый  
Возраст обучающихся: 7-12 лет  
Срок реализации: 12 часов

Составитель:  
учитель физкультуры  
Чирков Алексей Аркадьевич

д. Второй Ластик

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа дополнительного образования «Подвижные игры» разработана для детей 7 – 12 лет. Наполняемость группы 11 детей. Программа рассчитана на период летнего оздоровительного лагеря. Дополнительная образовательная программа составлена в соответствии с основными нормативными документами:

Нормативно-правовые основания проектирования дополнительных общеобразовательных программ Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (далее – СанПиН);

Подвижная игра – 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. Передовые представители культуры (К.Д.Ушинский, Е.А.Покровский, Г.А.Виноградов и др.), заботясь о просвещении, образовании и воспитании народа, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры, чтобы донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения народов, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов.

### **Актуальность программы**

Программа дополнительного образования по спортивно - оздоровительному направлению «Подвижные игры» решает проблему организации внеурочной деятельности младших и среднего звена школьников.

Школьники, освоившие программу «Подвижные 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**

Подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания, личности младшего и среднего 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.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

### **Цель программы**

Развитие личности ребёнка, способного к самовыражению через игровую деятельность.

### **Задачи**

#### **Обучающие:**

1. Познакомить детей с русскими народными играми.
2. Научить детей играть самостоятельно в подвижные игры с учётом техники безопасности.
3. Расширить словарный запас обучающихся.

#### **Развивающие:**

1. Развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции и так же эмоционально-чувственную сферу.
2. Развивать самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.

#### **Воспитательные:**

1. Воспитывать любовь к Родине, к народным играм как культурному наследию;

2. Воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, культуру игрового общения, честность, скромность.
3. Формировать у детей систему нравственных общечеловеческих ценностей, проявлять положительные качества личности.
4. Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся

### **Возраст детей**

Данная программа предназначена для детей школьного возраста (7 - 12 лет).  
Условия приёма: по желанию детей (заявление от родителей).

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

Направление деятельности – **спортивно-оздоровительное**.

Вид программы – **модифицированная (адаптированная)**.

## **2.УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

| № | Разделы               | Кол-во часов | Теоретические занятия | Практические занятия |
|---|-----------------------|--------------|-----------------------|----------------------|
| 1 | Русские народные игры | 4            | 1                     | 3                    |
| 2 | Подвижные игры        | 4            |                       | 4                    |
| 3 | Эстафеты              | 4            |                       | 4                    |
|   | Итого                 | 12           | 1                     | 13                   |

## **3 .СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

*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.
- **«Подвижные 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.

#### **Название разделов и тем предмета. Основное содержание тем**

| <b>Тема</b>                                            | <b>Основное содержание по теме</b>                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Русские народные игры (4 ч)</b>                     |                                                                                                                                                                                                                                   |
| ТБ на занятиях.<br>Культура и традиции русского народа | формирование уважения к Родине, к ее культуре, искусству, традициям русского народа, его сказаниям, играм. Воспитывать чувство ответственности за свою жизнь и здоровье окружающих.                                               |
| Игра «Гуси-лебеди»                                     | формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны. Расширять кругозор, активную мыслительную деятельность, вызывать положительные эмоции, совершенствовать навыки быстроты, ловкости. |
| Игра «Палочка-выручалочка»                             | формирование нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей. Развитие навыков бега, внимания, смекалки. Воспитание уважения, терпимости друг к другу.                                                                       |
| Игра «Блуждающий мяч»                                  | формирование уважения к истории своей Родины, к культуре русского народа. Развивать быстроту реакции, произвольность движений. Воспитывать волю к победе.                                                                         |
| Игра «Ловишка в кругу»                                 | формирование уважения к Родине, к ее культуре, искусству, традициям русского народа, его сказаниям, играм. Совершенствовать двигательные функции младших школьников.                                                              |

|                                |                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Игра «Пчелки и ласточки»       | формирование устойчивого уважительного отношения к культуре родной страны. Расширять кругозор, вызывать положительные эмоции, развивать навык бега, внимания. Воспитание уважения, терпимости друг к другу.               |
| Игра «Совушка»                 | развивать быстроту реакции, внимания, воспитание выносливости.                                                                                                                                                            |
| Игра «Салки»                   | обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.                                                                                                                                                 |
| <b>Подвижные игры (4 ч)</b>    |                                                                                                                                                                                                                           |
| Игра «К своим флажкам»         | формирование нравственно-эстетических, общечеловеческих ценностей; устойчивого интереса к игре. Развитие внимания, памяти, слуха, реакции на сигнал; совершенствование умения ориентироваться. Воспитывать волю к победе. |
| Игра «Северный и южный ветер»  | формирование гордости за свой народ, уважения к прошлому своей Родины. Воспитание терпимого отношения друг к другу.                                                                                                       |
| Игра «Соревнования скороходов» | разучивание новой игры; развитие быстроты реакции, произвольности движения; воспитание терпеливости, уважения к другим, любознательности.                                                                                 |
| Игра «Хитрая лиса»             | развитие быстроты, ловкости, координации, воспитание честности, творческого воображения, умения себя вести в коллективе товарищей.                                                                                        |
| Игра «Ловишки с приседаниями»  | разучивание новой игры; развитие быстроты реакции, произвольности движений; воспитание терпеливости, уважения к другим.                                                                                                   |
| Игра «Мышеловка»               | разучить игру, развивать быстроту реакции, произвольности движений, воспитывать коллективизм.                                                                                                                             |
| Игра «Кто быстрее»             | развитие быстроты реакции и, внимания, воспитание чувства ответственности, дисциплины.                                                                                                                                    |
| Игра «Охотники и зайцы»        | обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.                                                                                                                                                 |
| <b>Эстафеты (4 ч)</b>          |                                                                                                                                                                                                                           |
| Эстафета зверей                | обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.                                                                                                                                                 |
| Эстафеты с мячом и обручем     | обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения.                                                                                                                                                 |

|                             |                                                                           |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Эстафеты со скакалкой       | обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения. |
| Эстафета «Быстрые и ловкие» | обучение бегу в игровой манере, развитие ловкости и координации движения. |

#### 4. КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| №<br>п/п                      | Дата  | Тема занятия                                                               | Кол-во<br>часов | Практика |
|-------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------|
| 1                             | 9.06  | ТБ во время занятий. Культура и традиции русского народа.                  | 1<br>теория     |          |
| 2                             | 10.06 | Игра «Гуси-лебеди».<br>Игра «Палочка-выручалочка».                         | 1               | 1        |
| 3                             | 11.06 | Игра «Блуждающий мяч».<br>Игра «Ловишка в кругу». (с малым мячом)          | 1               | 1        |
| 4                             | 16.06 | Игра «Совушка».<br>Игра «Салки». Разновидности игры                        | 1               | 1        |
| <b>Подвижные игры ( 4 ч.)</b> |       |                                                                            |                 |          |
| 5                             | 17.06 | Игра «К своим флажкам».<br>Игра «Северный и южный ветер».                  | 1               | 1        |
| 6                             | 18.06 | Игра «Соревнования скороходов».<br>Игра «Хитрая лиса».                     | 1               | 1        |
| 7                             | 19.06 | Игра «Мышеловка».<br>Игра «Кто быстрее?». Комплексу ОРУ в движении         | 1               | 1        |
| 8                             | 20.06 | Игра «Охотники и зайцы».<br>Игра «Ловишки с приседаниями». (с малым мячом) | 1               | 1        |
| <b>Эстафеты (4 ч)</b>         |       |                                                                            |                 |          |
| 9                             | 23.06 | Эстафета зверей (с мячом)                                                  | 1               | 1        |
| 10                            | 24.06 | Эстафеты со скакалкой                                                      | 1               | 1        |

|    |       |                             |   |   |
|----|-------|-----------------------------|---|---|
| 11 | 25.06 | Эстафеты с обручем          | 1 | 1 |
| 12 | 26.06 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 | 1 |

## 5.МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### Применяемые методы и формы работы с обучающимися:

#### *Образовательные методы:*

- словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника и др.);
- наглядность упражнений (показ упражнений и др.);
- методы практических упражнений
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;
- метод самореализации через творческие дела, участие в соревновательно-игровой деятельности.

*Методы организации занятий:* фронтальный, групповой, поточный.

*Формы организации деятельности учащихся на занятии:* индивидуальная, работа в парах, групповая, коллективная.

*Формы проведения занятий:* конкурс, занятие – игра, спортивный калейдоскоп, спортивный марафон;

*Формы подведения итогов:* соревнования, тестирование.

### Материально – техническое обеспечение программы

#### Учебно - практическое оборудование:

- Стенка гимнастическая.
- Скамейка гимнастическая жёсткая (2 м, 4 м).
- Мячи: мяч малый (теннисный), мячи набивные, волейбольные, баскетбольные (на каждого ученика).
- Скакалки.
- Мат гимнастический.
- Рулетка.
- Обручи.
- Секундомер.
- Свисток.

- Аптечка.

Программа предусматривает участие в соревнованиях, эстафетах. Это является стимулирующим элементом, необходимым в процессе обучения.

#### **Материальное обеспечение для каждого ребёнка:**

- Форма для спортивных занятий (спортивная обувь, футболка, спортивные брюки).
- Сценарий.
- Спортивный инвентарь.

### **6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ**

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу «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.

В результате обучения дети должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время, умение общаться со сверстниками и взрослыми.

Обучающиеся, освоившие программу приобретают следующие личностные, метапредметные и образовательные результаты:

#### **Личностные:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи,
- проявлять уважение к традициям своей Родины, толерантность;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

#### **Метапредметные:**

- проявлять самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

**Предметные:**

- использовать разученные подвижные игры для своего досуга;
- знать об истории народных игр стран;
- знать названия и правила народных игр стран.
- учитывать требования безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий в помещении, сохранность природы во время занятий подвижными на улице.

**Форма проведения занятий:** групповая, игровая;

**Условия реализации общеобразовательной программы**

Для успешной реализации данной программы необходимо соблюдать ряд условий:

- Помещение и спортивная площадка на улице должны удовлетворять требованиям техники безопасности.
- В помещении должно быть рационально установлено и размещено все необходимое для работы кружка оборудование.

**Место проведения:** спортивный зал школы, школьный стадион.

**Диагностика эффективности образовательного процесса** осуществляется с помощью методов тестирования, опроса, педагогического наблюдения, создания педагогических ситуаций.

В рамках этой методики можно проанализировать следующие показатели:

1. Мотивацию к образовательной деятельности.
2. Отношения в коллективе.
3. Уровень физической активности.
4. Организаторские способности учащихся.
5. Сформированность культурно-гигиенических навыков и др.

## **6.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

- 1.Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. - М., 1986.
- 2.И.Осокина Т.И., Детские подвижные игры. - М., 1989.
3. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. - М., 1984.

4. Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.
5. Логинов, М. Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее / М.Логинов. – СПб.: Дельта, 1998. – 208 с., ил.
6. Талага, Е. Энциклопедия физических упражнений / Е.Талага, пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 412 с., ил.

***Интернет-ресурсы в помощь учителю физической культуры:***

- <http://method.novgorod.rcde.ru> Методическое хранилище предназначено для дистанционной поддержки учебного процесса.
- <http://www.fisio.ru/fisioinschool.html> Сайт, посвященный Здоровому образу жизни, оздоровительной, адаптивной физкультуре.