**МБОУ Мошаровская средняя общеобразовательная школа**

 УТВЕРЖДАЮ:

 Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

« 1 » сентября 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«ПОВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Возраст детей: 7-10 лет

Срок реализации программы: 1 год

**ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БОГАТЫРЕВА Н. В.**

2023г.

**Список учащихся, посещающих кружок**

 **«Подвижные игры»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Фамилия, имя уч-ся | Класс | Дата рождения | Возраст | Допуск врача |
| 1. | Богатырева Маргарита | 1 | 31.07.2016 | 7 |  |
| 2. | Венков Максим | 1 | 10.05.2016 | 7 |  |
| 3. | Косачева Злата | 2 | 25.06.2015 г. | 8 |  |
| 4. | Косачева Милана | 3 | 30.11.2013 г. | 9 |  |
| 5. | Боброва Мария | 3 | 12.09.2013 г. | 9 |  |

**К занятиям на кружке «Подвижные игры» допущено 5 человек.**

Заведующая ФАП: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Ануфриева В.Ю./

**Пояснительная записка**

Данная программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО и способствуют обеспечению сохранения физического здоровья учащихся, а также дает основу для самоорганизации здорового образа жизни.

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,

Программа предназначена для реализации в школе. Рассчитана для детей младшего школьного возраста - 7 - 10 лет. Срок реализации программы 1 год.

Занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине дня. Программа рассчитана на 34 занятия. Занятия проходят один раз в неделю (45 минут).

**Цель программы:** оптимизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

* познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
* развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
* воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

 Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе 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, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

 Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

 Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего физического развития.

 Раздел «Подвижные игры» образовательной программы пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

 Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

**Ценностные ориентиры содержания курса**

Содержание курса направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе.

Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики.

В программный материал входят простейшие виды построений и перестроений, большой круг общеразвивающих упражнений без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения.

Подвижные игры на материале легкой атлетики.Бег, прыжки, метание.

Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)

Подвижные игры для формирования правильной осанки.

Подвижные игры на свежем воздухе.

Командные игры; типа веселых стартов, с преодолением    полосы препятствий.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровьяу обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

 **Определять и высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

 В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**Регулятивные УУД:**

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на уроке.

Учить высказыватьсвоё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить *работать* по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценкудеятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

 **Познавательные УУД:**

Делать предварительный отбор подвижных игр.

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

**Коммуникативные УУД:**

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

**Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**Содержание программы**

**Тема 1. Техника безопасности – 2 часа**

ТБ при занятиях подвижными играми.

**Тема 2. Беседы - 4 часа**

Беседа «Режим дня», Беседа «Личная гигиена».  Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

**Тема 3. Подвижные игры - 28 часов**

Подвижные игры:  «К своим флажкам», «Запрещенные движения». «Быстро по местам». «Фигуры». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир», «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место, «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», «Пчелки». «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи». «Волк во рву», «Пустое место». «Воробушки». «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир», «День и ночь», «Воробьи вороны». «Шишки, желуди, орехи», «Северный и южный ветер», «Колдунчики», «Салки выручали». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето». «Полоса препятствий». «День ночь», «Мы веселые ребята». «Пустое место». «Зима - лето», «Космонавты». Веселые эстафеты с мячами. «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».

Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель». Веселые эстафеты на свежем воздухе. «Пустое место». «Класс смирно», «Веселые старты», «К своим флажкам», «Два мороза». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «День и ночь», «Воробьи вороны». «Воробушки», Веселые старты с баскетбольными мячами. «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты, Игры на свежем воздухе. Игры с мячом и обручем. Игры со скакалками.

**Материально – техническое обеспечение**

Спортивный инвентарь:

- мячи разных размеров

- кегли

- обручи

- скакалки

- набивные мячи

- скамейки гимнастические

-маты гимнастические

**Учебно-методическое обеспечение и материально - техническое обеспечение.**

1.Стандарты второго поколения Примерная программа по учебным предметам часть 2, Москва, «Просвещение», 2010

2. Программа «Физическая культура» Начальная школа. 1 – 4 классы / А.П. Матвеев.-М.: Просвещение, 2006.

3.А. Ю. Патрекеев. Подвижные игры, - издательство «ВАКО», 2007

2. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса,2004

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-во часов | Дата |
| план | факт |
| 1. | Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми.Разучивание игры «Запрещенное движение», «Карлики и великаны». | 1 | 4.09 | 4.09 |
| 2. | Беседа «Режим дня»Разучивание игры «Совушка», «Воробьи и вороны». | 1 |  |  |
| 3. | «Кот идет», «Космонавты». | 1 |  |  |
| 4. | Игры на свежем воздухе. «Гуси - лебеди», «Светофор». | 1 |  |  |
| 5. | «Пустое место, «Кот идет». | 1 |  |  |
| 6. | Веселые старты. Игра «Зайцы, сторож  и жучка» | 1 |  |  |
| 7. | Русские народные игры | 1 |  |  |
| 8. | Игры по выбору учащихся. | 1 |  |  |
| 9. | Беседа «Личная гигиена».  «Волк во рву», «Пустое место». | 1 |  |  |
| 10. | Веселые эстафеты  с предметами. | 1 |  |  |
| 11. | Игры с мячом и обручем. | 1 |  |  |
| 12. | Игры со скакалкой. «Удочка» | 1 |  |  |
| 13. | «День и ночь», «Воробьи вороны». | 1 |  |  |
| 14. | «Пчелы и медведи», «Бездомный заяц» | 1 |  |  |
| 15. | Русские народные игры | 1 |  |  |
| 16. | Игры по выбору учащихся. | 1 |  |  |
| 17. | Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «Снежки» | 1 |  |  |
| 18. | Беседа: «Закаливание организма». «Кошки мышки». | 1 |  |  |
| 19. | Полоса препятствий. «Два мороза». | 1 |  |  |
| 20. | Веселые старты с баскетбольными мячами. | 1 |  |  |
| 21. | «Колдунчики», «Пчелки». | 1 |  |  |
| 22. | Подвижные игры для развития внимания «Берег – река», «Запрещенное движение» | 1 |  |  |
| 23. | «Летучие рыбки», «Море волнуется…» | 1 |  |  |
| 24. | Русские народные игры | 1 |  |  |
| 25. | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 26. | Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся», «Пятнашки »,  | 1 |  |  |
| 27. | Подвижные игры с бегом | 1 |  |  |
| 28. | «Шишки, желуди, орехи», «Карлики и великаны». | 1 |  |  |
| 29. | «Колдунчики», «Совушка». | 1 |  |  |
| 30. | «Полоса препятствий». «День ночь». | 1 |  |  |
| 31. | «Северный и южный ветер», «Птицы без гнезда». | 1 |  |  |
| 32. | Веселые эстафеты на свежем воздухе. | 1 |  |  |
| 33. | Русские народные игры | 1 |  |  |
| 34. | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |