


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №7»

СОГЛАСОВАНО
на методическом совете
Протокол № 1
от 30.08.2023г.
Руководитель МС
 Е.В. Янчис



Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры»

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся – 7-10 лет

Срок реализации программы – 1 год

Разработчик программы – учитель Лобарева Ирина Петровна

г. Вышний Волочек
2023-2024г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы:

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- способность активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи сопереживания;
- установка на проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- ориентация на оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и умение находить с ними общий язык и общие интересы;
- установка на здоровый образ жизни.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- способности оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- распределять функции и роли в совместной деятельности;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять взаимный контроль;
- различать способ и результат действия;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Обучающийся получит возможность научиться:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;

- задавать вопросы;
- контролировать действия партнера;

Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных игровых занятий и занятий по развитию физических качеств;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

Основы знаний: Для чего человеку игры? Значение подвижных игр для здорового образа жизни человека. История возникновения игр. Правила поведения при проведении игры.

Подвижные игры на развитие и совершенствование навыков бега: «К своим флажкам», «Два мороза», «Пятнашки», «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Вызов номеров», «День и ночь», «Третий лишний», «Цепочка».

Подвижные игры на развитие и совершенствование навыков в прыжках: «Попрыгунчики - воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Волк во рву», «Удочка», «Прыжки по полоскам», «Кузнечики».

Подвижные игры на развитие и совершенствование навыков в метаниях: «Кто дальше бросит», «Точный бросок», «Метко в цель», «Снайперы», «Охотники и утки».

Подвижные игры на развитие ловкости, координационных и силовых способностей: «Выбегай из круга», «Удочка с прыжками», «Кот и мышь», «Бездомный заяц», «Лягушки в болоте», «Хвостики», «Поезд», «Падающая палка», «Точный поворот», «Бег пингвинов», «Перестрелка».

Подвижные игры на закрепление навыков владения мячом: «Мяч водящему», «Играй, играй, мяч не теряй», «У кого меньше мячей», «Попади в обруч», «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы».

Подвижные игры с элементами баскетбола и пионербола: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подача мяча.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел, тема занятия	Количество часов	Дата	
			план	факт
<i>Подвижные игры на развитие и совершенствование навыков бега</i>		5		
1.	Инструктаж по правилам безопасности на занятиях подвижными играми. Эстафеты с элементами бега.	1		
2.	Игра «Пятнашки».	1		
3.	Игра «Пустое место».	1		
4.	Игра «Вызов номеров».	1		
5.	Игра «Третий лишний».	1		
<i>Подвижные игры на развитие и совершенствование навыков в прыжках</i>		4		
6.	Игра «Удочка».	1		
7.	Игра «Зайцы в огороде».	1		
8.	Игра «Лисы и куры».	1		
9.	Игра «Прыжок за прыжком».	1		
<i>Подвижные игры на развитие и совершенствование навыков в метаниях</i>		4		
10.	Игра «Точный бросок».	1		
11.	Игра «Метко в цель».	1		
12.	Игра «Охотники и утки».	1		
13.	Игра «Снайперы».	1		

<i>Подвижные игры на развитие ловкости, координационных и силовых способностей</i>		<i>4</i>		
14.	Игра «Погрузка арбузов».	1		
15.	Игра «Поезд».	1		
16.	Игра «Точный поворот».	1		
17.	Игра «Эстафета зверей».	1		
<i>Подвижные игры с элементами баскетбола и пионербола</i>		<i>12</i>		
18.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах на месте в шаге.	2		
19.				
20.	Ведение мяча на месте и шагом по прямой.	2		
21.				
22.	Броски мяча двумя руками от груди с места в цель.	2		
23.				
24.	Передача мяча двумя руками из-за головы в парах на месте и после перемещения.	2		
25.				
26.	Подача мяча.	2		
27.				
28.	Приём мяча после подачи на месте и после перемещения.	2		
29.				
<i>Подвижные игры на закрепление навыков владения мячом</i>		<i>5</i>		
30.	Игра «Мяч в круге».	1		
31.	Игра «У кого меньше мячей».	1		
32.	Игра «Гонка мячей по кругу».	1		
33.	Игра «Мяч капитану».	1		
34.	Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	1		
Всего:		34 час.		