**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тверской области**

**Вышневолоцкий муниципальный округ**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа №7»**

Принята на заседании ШМО
учителей- естественно-
научного цикла

Протокол от №1 от 28.08.2026

Утверждаю

директор МБОУ «СОШ №7»

Кузьмин Е.В

Приказ № 78-ОД

# Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры»

**Уровень программы: стартовый**
**Срок реализации: 1 год**
**Адресат: 7 -10 лет**

Программа составлена преподавателем ДО

Ибадова Айсель Назимовна

**2026-2027г.**

### 1.1. Пояснительная записка

- **Направленность:** физкультурно-спортивная.
- **Актуальность:** В условиях цифровизации и снижения двигательной активности детей младшего школьного возраста подвижные игры становятся важнейшим средством гармоничного развития. Программа направлена на удовлетворение естественной потребности детей в движении, формирование культуры здорового образа жизни и социализацию.
- **Отличительные особенности:** Акцент сделан на русских народных играх и играх народов России, что способствует приобщению к национальным традициям. Программа не требует специальной спортивной подготовки.
- **Адресат:** Дети 7–10 лет, обучающиеся в начальной школе, имеющие разный уровень физической подготовки.
- **Объем и срок:** 36 часов, 1 год обучения.
- **Режим занятий:** 1 академический час (45 минут) 1 раз в неделю.

### 1.2. Цель и задачи программы

- **Цель:** Создание условий для укрепления здоровья, развития физических качеств и формирования коммуникативных навыков обучающихся через игровую деятельность.
- **Задачи:**
    - *Образовательные:* познакомить с правилами техники безопасности, правилами различных подвижных игр; обучить базовым игровым действиям (бег, прыжки, метание, ловля).
    - *Развивающие:* развивать быстроту, ловкость, координацию движений, выносливость, глазомер, смекалку.
    - *Воспитательные:* воспитывать чувство коллективизма, честности, взаимовыручки, дисциплинированности, уважение к сопернику и правилам игры.

### 1.3. Планируемые результаты

- **Предметные:** обучающиеся знают правила 15–20 подвижных игр, умеют самостоятельно организовать игру в малой группе, соблюдают технику безопасности.
- **Метапредметные:** умеют договариваться и распределять роли в команде, разрешать простые игровые конфликты, адекватно оценивать свои действия и действия товарищей.
- **Личностные:** проявляют интерес к активному отдыху, демонстрируют уважительное отношение к сверстникам, контролируют свое эмоциональное состояние во время игры.

**1.4. Содержание программы (Учебно-тематический план)**

| № | Раздел / Тема | Кол-во часов | В том числе |
|---|---|---|---|
| | | | Теория |
| 1 | Вводное занятие. Техника безопасности. | 1 | 1 |
| 2 | Игры на развитие внимания и реакции («Съедобное-несъедобное», «Светофор», «Классики»). | 6 | 1 |
| 3 | Русские народные игры («Горелки», «У медведя во бору», «Золотые ворота», «Ручеек»). | 8 | 1 |
| 4 | Игры с мячом (перестрелка, вышибалы, пионербол без сетки, «Охотники и утки»). | 8 | 1 |
| 5 | Командные эстафеты и игры на сплочение («Цепи кованые», «Море волнуется раз»). | 8 | 1 |
| 6 | Зимние подвижные игры (салки на снегу, взятие снежной крепости, эстафеты на лыжах/снегоступах). | 4 | 0 |
| 7 | Итоговое занятие. Фестиваль народных игр. | 1 | 0 |
| | **Итого:** | **36** | **5** |

**2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**2.1. Календарный учебный график** Программа рассчитана на 36 учебных недель (сентябрь – май). Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной площадке (в зависимости от погодных условий).

**2.2. Формы аттестации и оценочные материалы**

- **Формы:** Входящая диагностика (сентябрь, игровые тесты на координацию), текущий контроль (наблюдение в процессе игры), итоговая аттестация (май, фестиваль подвижных игр).
- **Критерии оценки:** активность участия, знание правил, умение работать в команде, соблюдение дисциплины.

**2.3. Методическое обеспечение**

- **Методы:** игровой, соревновательный, метод круговой тренировки, словесный (объяснение правил), наглядный (показ).
- **Дидактические материалы:** свисток, секундомер, набор мячей (разного диаметра), скакалки, конусы, фишки, разметочная лента, аудиоколонка для музыкального сопровождения.

**2.4. Условия реализации**

**Материально-техническое:** спортивный зал с разметкой, открытая спортивная площадка, инвентарь (см. выше), аптечка первой помощи.

- **Кадровое:** педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование и действующий допуск к занятиям физкультурой.

**2.5. Воспитательный компонент** Реализуется через воспитательный потенциал самих игр: обсуждение честного поведения, проведение бесед о традициях русского народа, совместная подготовка площадки к играм (уборка инвентаря, разметка), что формирует ответственность и трудолюбие.

## 3. Список литературы


1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. Учебное пособие для студентов. — М.: Спорт, 2022.
4. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада / Сост. А.В. Кенеман. — М.: Просвещение, 2020.
5. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Академия, 2021.