

**ПАСПОРТ**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программы  
«Подвижные игры»

Наименование муниципалитета	Белореченский район
Наименование организации	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная общеобразовательная школа №25 имени В.А. Лысака станицы Гурийской муниципального образования Белореченский район
ФИО руководителя	Лысак Альбина Сергеевна
Контактные данные ОДО (участников реализации программы) телефон/факс, официальный сайт, адрес электронной почты	<a href="https://sch25blr.ru/">https://sch25blr.ru/</a> <a href="mailto:89189583993@mail.ru">89189583993@mail.ru</a>
ФИО автора (составителя) программы	Автор-составитель: учитель физической культуры Лысак Роман Эдуардович
Срок реализации программы	1 год
Цель программы	создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования:  
объем, содержание, планируемые результаты»**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа дополнительного образования «Спортивные и подвижные игры» рассчитана на один учебный год, 4 часа в неделю (42 недели, 168 часов), и направлена на укрепление здоровья (физкультурно-оздоровительная направленность) детей младшего школьного возраста 7 – 12 лет. Данная рабочая программа составлена на основе следующих авторских программ:

1. В.И. Ляха. Рабочие программы Физическая культура 1-11 классы: М. «Просвещение», 2011
2. Г.А. Воронина. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников». Киров, КИПК и ПРО, 2007

3. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980

4. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.

5. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.

Актуальность программы «Спортивные и подвижные игры» заключается в том, что может быть одной из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Целью программы «Спортивные и подвижные игры» является обучение детей бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства; укрепление здоровья воспитанников, их общей физической подготовки; развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений школьников.

Целесообразность данной программы состоит в укреплении здоровья, повышении физической подготовленности и формировании двигательного опыта, а также в снятие психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Подвижные игры способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию, формируют необходимые навыки, координацию движений, ловкость и меткость. Подвижные игры, построенные на движениях, требующие большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка. Они способствуют созданию бодрого настроения. Увлеченной игрой, ребенок забывает о своих маленьких огорчениях, весело и дружно играет со сверстниками. Подвижным играм присущи образовательные задачи. Игра оказывает большое воздействие на формирование личности, поскольку в ней проявляются и развиваются умения анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о безопасном поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми. Таким образом, в «Подвижных и спортивных играх» реализуется не только область «Физическое развитие», но и «Социализация», «Безопасность», «Коммуникация», «Познание».

Отличительной чертой данной программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума, ведь основной особенностью подвижных игр являются их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме.

### **Задачи программы:**

#### **1. Образовательные:**

- ознакомление с играми народов мира;
- ознакомление с основными знаниями техники безопасности;
- ознакомление с принципами правильного питания;

- ознакомление с основными видами мышц;
- формирование правильной осанки;
- ознакомление с основными правилами личной гигиены.

## 2. Развивающие:

- развитие основных физических качеств: быстроты, ловкости, меткости, выносливости;
- развитие внимания и координации;
- развитие гибкости и выносливости.

## 3. Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности и умения работать в команде;
- воспитание активной жизненной позиции;
- способствовать приобщению учащихся к спорту, общекультурным и гуманистическим ценностям;
- воспитывать волевые качества.

## Ожидаемые результаты:

- овладение учащимися тактикой техникой различных игр;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

**Форма организации деятельности:** групповая, индивидуально-групповая.

С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники безопасности при проведении спортивных и подвижных игр и упражнений. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации курса «Подвижные игры»**

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны знать:

1. основы истории развития подвижных игр в России;
2. педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
3. возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
4. индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
5. правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
6. значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**Должны уметь:**

1. адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
2. отвечать за свои поступки;
3. отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
4. технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
5. проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
6. разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
7. управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
8. соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
9. пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы обучения: очная.

**Режим занятий:** Занятия проводятся по 1 часу 4 раза в неделю.

Продолжительность занятий составляет 1 академических час 4 раза в неделю с обязательным 15-минутным перерывом для отдыха обучающихся. Академический час равен 45 минутам.

**Особенности организации образовательного процесса.** Занятия проводятся в сформированных разновозрастных группах, являющихся основным составом. Состав групп постоянный. Занятия групповые. Виды занятий: практические, беседы, соревнования, конкурсы, игры, викторины. Количество групп – 2. Количество учащихся в группе - 14 человек.

Программа может помочь ребенку с ОВЗ значительно расширить круг общения, безболезненно проводить процесс социализации, развивать свой творческий потенциал и обеспечить дальнейший успех в деятельности.

Программу отличает практическая направленность преподавания в сочетании с теоретической, творческий поиск, научный и современный подход, внедрение новых оригинальных методов и приемов обучения в сочетании с дифференцированным подходом обучения. Пробудить в детях желание экспериментировать, формулировать и проверять гипотезы и учиться на своих ошибках. Главным условием каждого занятия является эмоциональный настрой, расположенность к размышлениям и желание творить. Каждая встреча — это своеобразное настроение, творческий миг деятельности и полет фантазии, собственного осознания и понимания.

Предусмотрены формы организации образовательного процесса:

- лекционная (получение нового материала);
- практикум (обучающиеся выполняют индивидуальные задания в течение части занятия или одного — двух занятий);
- соревнования.

### **Форма знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения курса**

Контроль и оценка результатов освоения курса зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины; конкурсы; ролевые игры; выполнение заданий соревновательного характера; оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ); результативность участия в конкурсных программах и др.

<b>Задачи программы</b>	Укрепление опорно-двигательного аппарата;
	Комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость.
	Развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
	Формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни
	Развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость на выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность
	Стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями
	Развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной организовать свой игровой досуг
	Воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность
	Формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.
	<b>Метапредметные:</b>
	- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
	- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
	- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
	- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места

	занятий;
	- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
	- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
	<b>Личностные:</b>
	- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
	- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
	- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
	- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
<b>Предполагаемые результаты</b>	<b>Метапредметные:</b>
	Обучающийся должен знать:
	Основы истории развития подвижных игр в России;
	Педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
	Возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
	Индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
	Правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания добровольной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
	Значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
	<b>Обучающийся должен уметь:</b>
	Адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
Отвечать за свои поступки;	



	Отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
	Технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
	Проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
	Разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
	Проявлять свои эмоции эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
	Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
	Пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.
	<b>Метапредметные:</b> Обучающийся должен:
	Уметь самостоятельно использовать проектный метод обучения;
	Проявлять познавательную активность, творческое и операционное мышление, знать сферу дальнейшего применения технологических знаний и умений в самостоятельной деятельности.
	<b>Личностные:</b> Обучающийся должен: Уметь организовать рабочее пространство; проявлять готовность работать в коллективе, ответственно подходить к выполнению личной задачи в процессе создания коллективного проекта;
	Уметь объективно оценивать результат своего труда, испытывать потребность к дальнейшему самосовершенствованию.
	Подведение итогов реализации образовательной программы осуществляется с помощью:
	Занятий в форме открытого занятия (эстафета),

	Участия в соревнованиях, портфолио, состоящего из программных продуктов, реализованных учащимися в рамках обучения по данной программе.
Адрес осуществления образовательной деятельности	352643, Российская Федерация, Краснодарский край, Белореченский район, станица Гурийская, улица Школьная, 57
<b>Материально-техническая база</b>	<b>Материально-техническое обеспечение:</b>
	освещенное помещение, не менее 30 кв/м;
	помещение для хранения инструментов и материалов;
	твердое напольное покрытие;
	спортивный инвентарь (обручи, скакалки, канаты, мячи и т.д.)
	<b>Информационное обеспечение:</b>
	методических разработок, специальной литературы;
	дидактический материал (раздаточный материал по темам занятий программы, наглядный материал;
	архив видео и фотоматериалов.
	<b>Перечень необходимого оборудования:</b>
	мячи -6 шт.
обручи - 6 шт.	
скакалки -10 шт.	

## СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОЙ ПРОГРАММЫ

Раздел	Темы
Спортивные игры: (баскетбол, бадминтон, мини-футбол)	-правила игры; -профилактика травматизма; -элементы техники игры; -тактические комбинации;
Подвижные игры и эстафеты (на развитие быстроты, ловкости, координации, выносливости, скоростно-силовых качеств): «Пионербол», «Перестрелка», «Круговая лапта», «Воробы и вороны», «Снайперы», «Третий лишний», «Салки», и др.	-правила игры, эстафет; -техника безопасности во время игры, эстафет;
Общая физическая подготовка	-упражнения на гимнастической стенке, с набивными мячами, на

	гимнастических скамейках и др. на развитие основных двигательных качеств;
Общеразвивающие упражнения	-упражнения в движении; -упражнения в парах; -упражнения с мячами; -упражнения на гимнастической стенке;
Организация и проведение спортивных мероприятий	Соревнования по подвижной игре "Перестрелка"; Эстафеты и спортивные конкурсы с элементами баскетбола; Соревнования по бадминтону; Турнир по мини-футболу.

#### Распределение учебного времени на виды программного материала.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Спортивные игры</b>	56	6	50	
1.1.	<i>Мини-футбол</i>	20	2	18	
1.2.	<i>Баскетбол</i>	20	2	18	
1.3.	<i>Бадминтон</i>	16	2	14	
2.	<b>Подвижные игры</b>	56	5	51	
2.1.	<i>Перестрелка</i>	20	1	19	
2.2.	<i>Пионербол</i>	20	2	18	
2.3.	<i>Салки</i>	16	2	14	
3.	<b>Общая физическая подготовка и общеразвивающие упражнения</b>	30	3	27	
3.1.	<i>Упражнения в движении</i>	15	1	14	
3.2.	<i>Упражнения с мячами</i>	15	2	13	
4.	<b>Организация и проведение спортивных мероприятий</b>	26	5	21	
	<b>Всего</b>	<b>168</b>	<b>19</b>	<b>149</b>	

Содержание курса

Знания о физической культуре.

**Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению

здоровья человека, ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

*Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений. Упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

*На материале лёгкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале спортивных игр.*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

### **Планируемые результаты:**

- овладение учащимися тактикой техникой различных игр;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

**педагогических условий, включающий формы аттестации»:**

Календарный учебный график

**Группа 1**

Расписание занятий: понедельник, вторник, четверг, пятница 15:00 – 16:00

**Группа 2**

Расписание занятий: понедельник, вторник, четверг, пятница 16:00 – 17:00

Место проведения: МБОУ ООШ 25

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
		Подвижные игры Пионербол ( <b>9 часов</b> )	<b>11</b>	15:00-16:00 16:00-17:00		Спортивный зал, спортивная площадка	Наблюдение
1		Экскурсия в страну «Спортландия» Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «К своим флажкам».	<b>1</b>		Беседа, игра		
2		Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки». ( <b>5 часов</b> )	<b>1</b>		Игра		
3		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».	<b>1</b>		Игра		
4		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».	<b>1</b>		Игра		
5		Элементы игры Пионербол.	<b>1</b>		Игра		

		Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».					
6		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».	<b>1</b>		Игра		
7		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки». ( <b>5 часов</b> )	<b>1</b>		Игра		
8		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки».	<b>1</b>		Игра		
9		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки».	<b>1</b>		Игра		
10		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки».	<b>1</b>		Игра		
11		Элементы игры Пионербол. Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки».	<b>1</b>		Игра		
		Общая физическая подготовка ( <b>16 часов</b> )	<b>16</b>	15:00-16:00 16:00-17:00		Спортивный зал, спорт	

12		Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие скоростно-силовых способностей. <b>(4 часа)</b>	<b>1</b>		Беседа, игра	ная площадка	
13		Развитие скоростно-силовых способностей.	<b>1</b>		Игра		
14		Развитие скоростно-силовых способностей.	<b>1</b>		Игра		
15		Развитие скоростно-силовых способностей.	<b>1</b>		Игра		
16		Развитие скоростных способностей. <b>(4 часа)</b>	<b>1</b>		Игра		
17		Развитие скоростных способностей.	<b>1</b>		Игра		
18		Развитие скоростных способностей.	<b>1</b>		Игра		
19		Развитие скоростных способностей.	<b>1</b>		Игра		
20		Развитие скоростных способностей. <b>(4 часа)</b>	<b>1</b>		Игра		
21		Развитие скоростных способностей.	<b>1</b>		Игра		
22		Развитие скоростных способностей.	<b>1</b>		Игра		
23		Развитие скоростных	<b>1</b>		Игра		

		способностей.					
24		Развитие выносливости ( <b>4 часа</b> )	<b>1</b>		Игра		
25		Развитие выносливости.	<b>1</b>		Игра		
26		Развитие выносливости.	<b>1</b>		Игра		
27		Развитие выносливости.	<b>1</b>		Игра		
		Подвижные игры ( <b>2 часа</b> )			Игра		
28		Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде». ( <b>2 часа</b> )	<b>1</b>		Игра		
29		Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде».	<b>1</b>		Игра		
		Организация и проведение спортивных мероприятий ( <b>4 часа</b> )		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа	Спортивный зал, спортивная площадка	Протокол соревнований или аналитическая справка
30		Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие». ( <b>4 часа</b> )	<b>1</b>		Турнир		
31		Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие».	<b>1</b>		Турнир		
32		Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие».	<b>1</b>		Турнир		
33		Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие».	<b>1</b>		Турнир		
		Подвижные игры ( <b>20 часов</b> ) <b>Салки (4 часа)</b>		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа, игра	Спортивный зал, спортивная площадка	Наблюдение
34		Правила безопасности на занятиях	<b>1</b>				



		подвижными играми. Игра «Лисы и куры». <b>(3 часа)</b>				
35		Игра «Лисы и куры».	<b>1</b>		Игра	
36		Игра «Лисы и куры».	<b>1</b>		Игра	
37		Игра в Салки <b>(2 часа)</b>	<b>1</b>		Игра	
38		Игра в Салки	<b>1</b>		Игра	
39		Общеразвивающие упражнения с предметами: с малым мячом. Игра «Играй, играй, мяч не теряй». <b>(3 часа)</b>	<b>1</b>		Беседа, игра	
40		Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	<b>1</b>		Игра	
41		Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	<b>1</b>		Игра	
42		Игра в Салки <b>(2 часа)</b>	<b>1</b>		Игра	
43		Игра в Салки	<b>1</b>		Игра	
44		Игры с прыжками с использованием скакалки. <b>(5 часов)</b>	<b>1</b>		Игра	
45		Игры с прыжками с использованием скакалки.	<b>1</b>		Игра	
46		Игры с прыжками с использованием скакалки.	<b>1</b>		Игра	
47		Игры с прыжками с использованием скакалки.	<b>1</b>		Игра	
48		Игры с прыжками с использованием скакалки.	<b>1</b>		Игра	
49		Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра	<b>1</b>		Беседа, игра	

		«Третий лишний». <b>(5 часов)</b>					
50		Подвижная игра «Третий лишний».	<b>1</b>		Игра		
51		Подвижная игра «Третий лишний».	<b>1</b>		Игра		
52		Подвижная игра «Третий лишний».	<b>1</b>		Игра		
53		Подвижная игра «Третий лишний».	<b>1</b>		Игра		
		Общая физическая подготовка <b>(6 часов)</b>		15:00-16:00 16:00-17:00		Спортив ный зал, спортив ная площад ка	Наблюде ние
54		Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке. <b>(3 часа)</b>	<b>1</b>		Беседа, игра		
55		Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	<b>1</b>		Игра		
56		Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	<b>1</b>		Игра		
57		Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке. <b>(3 часа)</b>	<b>1</b>		Игра		
58		Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке.	<b>1</b>		Игра		
59		Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической	<b>1</b>		Игра		

		стенке.					
		Организация и проведение спортивных мероприятий ( <b>4 часа</b> )		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа	Спортивный зал, спортивная площадка	Протокол соревнований или аналитическая справка
60		Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	<b>1</b>		Турнир		
61		Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	<b>1</b>		Турнир		
62		Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	<b>1</b>		Турнир		
63		Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	<b>1</b>		Турнир		
		Спортивные игры Баскетбол ( <b>20 часов</b> )		15:00-16:00 16:00-17:00		Спортивный зал, спортивная площадка	Наблюдение
64		Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ( <b>8 часов</b> )	<b>1</b>		Беседа, игра		
65		Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте.	<b>1</b>		Беседа, игра		

		Ловля мяча на месте.				
66		Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	<b>1</b>		Игра	
67		Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	<b>1</b>		Игра	
68		Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	<b>1</b>		Игра	
69		Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	<b>1</b>		Игра	
70		Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	<b>1</b>		Игра	
71		Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	<b>1</b>		Игра	
72		Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит. <b>(6 часов)</b>	<b>1</b>		Игра	
73		Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча	<b>1</b>		Игра	

		в щит.				
74		Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	<b>1</b>		Игра	
75		Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	<b>1</b>		Игра	
76		Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	<b>1</b>		Игра	
77		Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	<b>1</b>		Игра	
78		Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность. ( <b>6 часов</b> )	<b>1</b>		Игра	
79		Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.	<b>1</b>		Игра	
80		Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых	<b>1</b>		Игра	

		способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.					
81		Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.	<b>1</b>		Игра		
82		Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.	<b>1</b>		Игра		
83		Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.	<b>1</b>		Игра		
		Организация и проведение спортивных мероприятий ( <b>6 часов</b> )		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа, игра	Спортив ный зал, спортив ная площад ка	Протокол соревнова ний или аналити ческая справка
84		Спортивный праздник «Страна баскетболия». ( <b>6</b>					

		<b>часов)</b>					
85		Спортивный праздник «Страна баскетболия».			Турнир		
86		Спортивный праздник «Страна баскетболия».			Турнир		
87		Спортивный праздник «Страна баскетболия».			Турнир		
88		Спортивный праздник «Страна баскетболия».			Турнир		
89		Спортивный праздник «Страна баскетболия».			Турнир		
		Общая физическая подготовка <b>(8 часов)</b>		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа	Спортивный зал, спортивная площадка	Наблюдение
90		Развитие координационных способностей. <b>(4 часа)</b>			Игра		
91		Развитие координационных способностей.			Игра		
92		Развитие координационных способностей.			Игра		
93		Развитие координационных способностей.			Игра		
94		Тестирование координационных способностей. <b>(4 часа)</b>			Игра		
95		Тестирование координационных способностей.			Игра		
96		Тестирование координационных способностей.			Игра		
97		Тестирование координационных способностей.			Игра		
		Подвижные игры Пионербол		15:00-16:00 16:00-17:00			

		<b>(11 часов)</b>				спортив ная площад ка	
98		Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Два мороза».			Беседа, игра		
99		Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты».			Беседа, игра		
100		Пионербол			Игра		
101		Пионербол			Игра		
102		Пионербол			Игра		
103		Пионербол			Игра		
104		Пионербол			Игра		
105		Пионербол			Игра		
106		Пионербол			Игра		
107		Пионербол			Игра		
108		Пионербол			Игра		
		Организация и проведение спортивных мероприятий ( <b>6 часов</b> )		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа. игра	Спортив ный зал, спортив ная площад ка	Протокол соревно ваний или аналити ческая справка
109		Турнир по бадминтону			Турнир		
110		Турнир по игре Салки			Турнир		
111		Турнир по Пионерболу			Турнир		
112		Турнир по Пионерболу			Турнир		
113		Турнир по Баскетболу			Турнир		
114		Турнир по Баскетболу			Турнир		
		Спортивные игры Бадминтон <b>(16 часов)</b>		15:00-16:00 16:00-17:00		Спортив ный зал, спортив ная площад ка	Наблюде ние
115		Правила безопасности на занятиях бадминтоном. Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.			Беседа. игра		



		<b>(6 часов)</b>					
116		Правила безопасности на занятиях бадминтоном. Отбивание волана ракеткой над собой и в паре. <b>(5 часов)</b>			Беседа. игра		
117		Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.			Игра		
118		Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.			Игра		
119		Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.			Игра		
120		Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.			Игра		
121		Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.			Игра		
122		Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.			Игра		
123		Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.			Игра		
124		Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.			Игра		
125		Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.			Игра		
126		Подача волана.			Игра		
127		Подача волана.			Игра		
128		Подача волана.			Игра		
129		Подача волана.			Игра		
130		Подача волана.			Игра		
		Мини-футбол <b>(20 часов)</b>		15:00-16:00 16:00-17:00		Спортивный зал, спортивная площад	Наблюдение
131		Правила безопасности на занятиях мини-			Беседа. игра		

		футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу. <b>(6 часов)</b>				ка	
132		Правила безопасности на занятиях мини- футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу.				Беседа. игра	
133		Удар по неподвижному и катящему мячу.				Игра	
134		Удар по неподвижному и катящему мячу.				Игра	
135		Удар по неподвижному и катящему мячу.				Игра	
136		Удар по неподвижному и катящему мячу.				Игра	
137		Остановка мяча, ведение мяча. <b>(7 часов)</b>				Игра	
138		Остановка мяча, ведение мяча.				Игра	
139		Остановка мяча, ведение мяча.				Игра	
140		Остановка мяча, ведение мяча.				Игра	
141		Остановка мяча, ведение мяча.				Игра	
142		Остановка мяча, ведение мяча.				Игра	
143		Остановка мяча, ведение мяча.				Игра	
144		Удары по воротам. <b>(7 часов)</b>				Игра	
145		Удары по воротам.				Игра	
146		Удары по воротам.				Игра	
147		Удары по воротам.				Игра	
148		Удары по воротам.				Игра	
149		Удары по воротам.				Игра	
150		Удары по воротам.				Игра	

		Спортивные мероприятия (6 часов)		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа	Спортивный зал, спортивная площадка	Протокол соревнований или аналитическая справка
151		Турнир по мини-футболу.			Турнир		
152		Турнир по мини-футболу.			Турнир		
153		Турнир по мини-футболу.			Турнир		
154		Турнир по мини-футболу.			Турнир		
155		Турнир по мини-футболу.			Турнир		
156		Турнир по мини-футболу.			Турнир		
		Подвижные игры. Салки (12 часов)		15:00-16:00 16:00-17:00	Беседа	Спортивный зал, спортивная площадка	Наблюдение
157		Салки			Игра		
158		Салки			Игра		
159		Салки			Игра		
160		Салки			Игра		
161		Салки			Игра		
162		Салки			Игра		
163		Салки			Игра		
164		Салки			Игра		
165		Салки			Игра		
166		Салки			Игра		
167		Салки			Игра		
168		Салки			Игра		

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**

Информационно-образовательная среда образовательного учреждения должна обеспечивать мониторинг здоровья учащихся. Для этого необходимо иметь в кабинете физкультуры компьютер, на котором можно было бы работать с программами, позволяющими следить за весо-ростовыми и другими показателями состояния учащихся, в том числе составлять графики и работать с диаграммами.

Кроме того, учитель физкультуры должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с

другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями здравоохранения и спорта.

Учителю физкультуры должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

Интерактивный электронный контент учителя физкультуры должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио- и видеофайлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса).

№	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое кол-во	Примечание
<b>1</b>	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>		
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.3	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
<b>2</b>	<b>Демонстрационные учебные пособия</b>		
2.1	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского	Д	

	движения		
<b>3</b>	<b>Технические средства обучения</b>		
3.1.	Мегафон	Д	
3.2.	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио- и видео входы/выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащён акустическими колонками, микрофоном и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных)
3.3.	Цифровая видеокамера	Д	
3.4.	Мультимедиапроектор	Д	
3.5.	Экран (на штативе или навесной)	Д	Минимальные размеры 1,25x1,25
<b>4</b>	<b>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</b>		
4.1	Стенка гимнастическая	Г	
4.2.	Канат для лазанья с механизмом крепления	Г	
4.3.	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г	
4.4.	Комплект навесного оборудования	Г	В комплект входят перекладина, брусья, мишени для метания
4.5.	Коврик гимнастический	К	
4.6.	Маты гимнастические	Г	
4.7.	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	Г	
4.8.	Мяч малый (теннисный)	К	
4.9	Скакалка гимнастическая	К	
4.10	Палка гимнастическая	К	
4.11	Обруч гимнастический	К	
4.12	Сетка для переноса малых мячей	Д	
<i>Лёгкая атлетика</i>			
4.13	Номера нагрудные	Г	
<i>Подвижные и спортивные игры</i>			
4.14	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	

4.15	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
4.16	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
4.17	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
4.18	Жилетки игровые с номерами	Г	
4.19	Стойки волейбольные универсальные	Д	
4.20	Сетка волейбольная	Д	
4.21	Мячи волейбольные	Г	
4.22	Табло перекидное	Д	
4.23	Ворота для мини-футбола	Д	
4.24	Сетка для ворот мини-футбола	Д	
4.25	Мячи футбольные	Г	
4.26	Номера нагрудные	Г	
4.27	Ворота для ручного мяча	Д	
4.28	Мячи для ручного мяча	Г	
4.29	Компрессор для накачивания мячей	Д	
<i>Средства первой помощи</i>			
4.30	Аптечка медицинская	Д	
<i>Дополнительный инвентарь</i>			
4.31	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	Д	Доска передвижная
<b>5</b>	<b>Спортивные залы (кабинеты)</b>		
5.1	Спортивный зал гимнастический		
5.2	Зоны рекреации		Для проведения динамических пауз (перемен)
5.3	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, книжные шкафы (полки), шкаф для одежды
5.4	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
<b>6</b>	<b>Пришкольный стадион (площадка)</b>		
6.1	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
6.2	Площадка игровая баскетбольная	Д	
6.3	Площадка игровая волейбольная	Д	
6.4	Гимнастический городок	Д	

### Формы аттестации

Оценка образовательных результатов учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе должна носить вариативный характер (Концепция, гл. I). Инструменты оценки достижений детей и подростков должны способствовать росту их самооценки и познавательных интересов в общем и дополнительном образовании, а также диагностировать мотивацию достижений личности (Концепция, гл. III).

Федеральный закон № 273-ФЗ не предусматривает проведение итоговой аттестации по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам (ст. 75), но и не запрещает ее проведение (ст. 60) с целью установления:

- соответствия результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы заявленным целям и планируемым результатам обучения;
- соответствия процесса организации и осуществления дополнительной общеразвивающей программы установленным требованиям к порядку и условиям реализации программ.

Аттестация (промежуточная и итоговая) по дополнительным общеразвивающим программам может проводиться в формах, определенных учебным планом как составной частью образовательной программы, и в порядке, установленном локальным нормативным актом организации дополнительного образования (ст.30, ст.58), который должен быть размещен на официальном сайте организации в сети «Интернет»; формы, порядок и периодичность аттестации учащихся определяется образовательной организацией, осуществляющей образовательную деятельность (Приказ № 196, п. 17).

Учащимся, успешно освоившим дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу и прошедшим итоговую аттестацию, могут выдаваться сертификаты; которые самостоятельно разрабатывают и утверждают образовательные организации (ст. 60), могут выдаваться почетные грамоты, призы или устанавливаться другие виды поощрений.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** аналитическая справка, аналитический материал, аудиозапись, видеозапись, грамота, диплом, дневник наблюдений, журнал посещаемости, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат), статья и др.

## **Оценочные материалы**

**Оценочные материалы.** В данном разделе отражается перечень (пакет) диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов (Закон № 273-ФЗ, ст. 2, п. 9; ст. 47, п. 5).

Мониторинг оценки личностных результатов осуществляется педагогом дополнительного образования детей преимущественно на основе ежедневных наблюдений в ходе занятий и досуговой деятельности, которые обобщаются в конце учебного года и представляются в виде характеристики по форме, установленной образовательной организацией.

**Личностные** образовательные результаты могут не всегда ярко проявляться. Иногда они носят скрытый, латентный характер. Другая их особенность - длительный процесс формирования. Некоторые из них могут проявляться отсрочено, поэтому процесс их измерения, фиксации затруднен. С

практической точки зрения, очевидно, что их развитие, приращение нужно замерять по окончании достаточно длительного периода освоения дополнительной общеразвивающей программы. Наиболее точный результат может быть выявлен в том случае, если развитие приведенных выше личностных компетенций фиксируется «на входе», то есть в самом начале освоения программы, а затем — «на выходе», то есть по завершении ее освоения.

Любое использование данных, полученных в ходе мониторинговых исследований, возможно только в соответствии с Федеральным законом от 17.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных».

Особенности оценки метапредметных результатов

Оценка метапредметных результатов представляет собой оценку достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы, которые представлены в междисциплинарной программе формирования универсальных учебных действий (разделы «Регулятивные универсальные учебные действия», «Коммуникативные универсальные учебные действия», «Познавательные универсальные учебные действия»). Формирование метапредметных результатов обеспечивается за счет всех учебных предметов и внеурочной деятельности.

Основным объектом и предметом оценки метапредметных результатов являются:

- способность и готовность к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность работать с информацией;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностно и социально значимых проблем и воплощению найденных решений в практику;
- способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии.
- способность и готовность к использованию ИКТ в целях обучения и развития;

Оценка достижения метапредметных результатов осуществляется педагогом дополнительного образования детей в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы. Содержание и периодичность мониторинга устанавливается решением педагогического/методического совета. Диагностика проводится с периодичностью не менее, чем два раза в год.

Основной процедурой итоговой оценки достижения метапредметных результатов является защита итогового индивидуального проекта в рамках соревнования и других форматах деятельности.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, конкурс, праздник, слет, соревнование, фестиваль и др.

### **Методические материалы**

Методические материалы включают в себя:

- описание методов обучения (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный; игровой, и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);



- описание технологий, в том числе информационных (технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимо-обучения, технология программированного обучения, технология модульного обучения, технология блочно-модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология педагогической мастерской, здоровье-сберегающая технология, и др.);
- формы организации учебного занятия - акция, беседа, встреча с интересными людьми, игра, конкурс, мастер-класс, наблюдение, олимпиада, открытое занятие, праздник, практическое занятие, представление, презентация, ринг, соревнование, турнир, чемпионат, эстафета;
- тематику и формы методических материалов по программе (пособия, оборудование, приборы и др.);
- дидактические материалы - раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения, образцы изделий и т.п.;
- алгоритм учебного занятия - краткое описание структуры занятия и его этапов.

#### **Литература, используемая при создании данной программы:**

1. В.И. Ляха. Рабочие программы Физическая культура 1-11 классы: М. «Просвещение», 2011
2. Г.А. Воронина. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников». Киров, КИПК и ПРО, 2007
3. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980
4. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
5. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.

#### **Литература для детей:**

1. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 1999.
2. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991.
3. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000.
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.
5. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1989.

