

Отдел образования Администрации Чертковского района
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Кутейниковская основная общеобразовательная школа

ПРИНЯТО/СОГЛАСОВАНО
на заседании педагогического совета
Протокол от «12» мая 2023 г.
№ 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
Кутейниковская ООШ
В. В. Фандо
Приказ от «15» мая 2023 г.
№ 48



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

Физкультурно-спортивной направленности

«Игротека»

Уровень программы: стартовый
Вид программы: модифицированная
Тип программы: традиционная с
применением дистанционных технологий
Возраст детей: от 6 до 11 лет
Срок реализации: 32 часа
Разработчик: педагог дополнительного
образования Видюков Артем Сергеевич

Кутейниково
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы заключается в том, что прогресс современного общества, несмотря на видимые преимущества, неизменно ведёт к механизации труда, делает необходимость в физической нагрузке минимальной. Каждый год приносит новые технологии для организации собственного досуга, что очень пагубно влияет на состояние здоровья детей. Современные гаджеты просты в использовании и позволяют за минимальный промежуток времени и с минимальным количеством затраченной энергии получить необходимое ощущение удовольствия. Они вытеснили из жизни современных школьников подвижные игры, прогулки на свежем воздухе, живое общение со сверстниками.

Осознавая всю важность физического воспитания подрастающего поколения, в настоящее время одним из стратегических направлений образования в России является проблема сохранения и укрепления здоровья детей нации в целом. Исследования показывают, что традиционная организация образовательного процесса создает у учащихся постоянные стрессовые перегрузки, которые способствуют развитию хронических болезней. Все это говорит о том, что необходимо найти пути и выходы наиболее результативных форм и методов укрепления здоровья подрастающего поколения. Приобщение учащихся к проблеме сохранения своего здоровья – это прежде всего процесс социализации, воспитания. Это сознание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. В современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей. Программа разработана для желающих заниматься в секции на основе современных научных данных и является отображением единства теории и практики. Программа призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Особенностью данной программы является то, что в ней уделяется большое внимание формированию физически и психологически здоровой, развитой, социально-адаптированной личности, увлеченной и владеющей навыками игры в подвижные игры и игровыми видами спорта, для его дальнейшего полноценного развития в современном обществе. Программа включает в себя комплекс всевозможных подвижных игр, способствующих развитию таких физических качеств у обучающихся как скорость, ловкость, сила, выносливость, гибкость и координация.

Новизна программы заключается в том, что учащиеся познакомятся с играми, которые впоследствии смогут включать в собственную досуговую деятельность, что усилит интерес учащихся к играм с большой физической активностью.

Цель программы: создание условий для формирования здорового образа жизни учащихся через изучение народных подвижных игр, а также техники и тактики игровых видов спорта. Приобщение учащихся к здоровому образу жизни, внедрение в досуг учащихся большего количества подвижных и спортивных игр.

Задачи:

обучающие:

- создавать условия для выявления задатков, способностей, спортивной одаренности, физических возможностей учащихся, для укрепления и сохранения здоровья средствами занятий подвижными играми и игровыми видами спорта;

развивающие:

- развивать навыки самореализации, чувства успешности и формирования активной жизненной позиции учащихся, через участие в соревнованиях различных уровней;

- развивать скоростно-силовые качества;

- развивать двигательно-координационные качества;

- развивать выносливость.

воспитательные:

- способствовать развитию интереса к спортивным дисциплинам и результативности в игровых видах спорта через обучение основам техники и тактики подвижных игр, игр в волейбол, баскетбол.

В программе учитываются принципы: добровольности, доступности, гуманности и требовательности, наглядности, создания ситуации успеха учащихся, активности, образования и воспитания в коллективе и через коллектив.

Направленность образовательной программы - физкультурно-спортивная, поскольку ориентирована на гармоничность физического развития учащихся, укрепление их здоровья, формирование потребностей в здоровом образе жизни, регулярных занятиях спортом и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга.

Тип программы – традиционная с применением дистанционных технологий.

Вид программы - модифицированная.

Уровень освоения: стартовый. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания общеразвивающей программы.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Количество часов - 32.

Режим занятий: продолжительность одного академического часа – 45 мин.

Общее количество часов в неделю - 1 час.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

**Календарный учебный график
1 год обучения**

| № п/п | Дата | Тема занятия | Кол-во часов | Время проведения занятия | Форма занятия | Место проведения | Форма контроля |
|--|----------------|--|---------------------|---------------------------------|----------------------|-------------------------|-----------------------|
| Знакомство с подвижными играми | | | | | | | |
| 1 | 01.09 | Правила ТБ. История возникновения подвижных игр | 1 | 12:30- 13:15 | Лекция | Спортивный зал | Опрос |
| 2 | 08.09 | Значимость подвижных игр для здоровья человека | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Тест |
| 3-4 | 15.09 22.09 | Создание новых подвижных игр и участие в них | 2 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| Русские народные подвижные игры | | | | | | | |
| 5 | 29.09 | Введение в историю русских народных спортивных игр | 1 | 12:30- 13:15 | Лекция | Спортивный зал | Соревнования |
| 6 | 06.10 | Подвижные игры «Ручеёк», «Бабки» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 7 | 13.10 | Подвижные игры «Репка», «Горелки» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| 8-9 | 20.10 10.11 | Подвижная игра «Лапта» | 2 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |

| | | | | | | | |
|---|----------------|---|---|--------------|--------|----------------|------------------|
| 10 | 17.11 | Подвижные игры «Петушки», «Бой мешками» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 11 | 24.11 | Подвижные игры «Жмурки», «Бубенцы» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| 12 | 01.12 | Подвижные игры «Городки», «Салки» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 13 | 08.12 | Подвижная игра «Казачи-разбойники» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Зачетное занятие |
| Подвижные игры для развития ловкости | | | | | | | |
| 14 | 15.12 | Знакомство с понятием «ловкость» и играми для её развития | 1 | 12:30- 13:15 | УТЗ | Спортивный зал | Игра |
| 15-16 | 22.12 29.12 | Подвижная игра «4 огня» | 2 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 17 | 12.01 | Подвижная игра «Ванька-встанька» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 18 | 19.01 | Подвижная игра «Голова и хвост» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| 19 | 26.01 | Подвижная игра «Белые и чёрные» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| Подвижные игры для развития скорости | | | | | | | |
| 20 | 02.02 | Знакомство с понятием «скорость» и играми для её развития | 1 | 12:30- 13:15 | Лекция | Спортивный зал | Игра |

| | | | | | | | |
|--|----------------|--|----|--------------|--------|----------------|------------------|
| 21 | 09.02 | Подвижная игра «Перестрелка» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 22 | 16.02 | Подвижная игра «Шишки, жёлуди, орехи» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| 23-24 | 01.03 15.03 | Подвижная игра «Борьба за знамя» | 2 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| 25-26 | 22.03 05.04 | Подвижные игры «Вызов номеров», «Третий лишний» | 2 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 27 | 12.04 | Подвижные игры «Салки маршем», «К своим флажкам» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| Подвижные игры, подводящие к спортивным | | | | | | | |
| 28 | 19.04 | Знакомство со спортивными играми и играми, к ним подводящими | 1 | 12:30- 13:15 | Лекция | Спортивный зал | Игра |
| 29 | 26.04 | Подвижная игра «8 касаний» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Соревнования |
| 30-31 | 03.05 17.05 | Подвижная игра «Пионербол» | 2 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Игра |
| 32 | 24.05 | Подвижная игра «Гол головой» | 1 | 12:30- 13:15 | Игра | Спортивный зал | Зачетное занятие |
| Итого | | | 32 | | | | |