



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 217  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
имени Н.А. Алексева  
(ГБОУ школа № 217)**

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
решение от 29.09.18.  
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от 05.09.18. № 43-29  
Директор ГБОУ школа № 217  
  
С.Н. Калиберда

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Возраст учащихся: 7-9 лет  
Срок реализации: 1 год

**Автор(ы) / разработчик(и) программы:**

педагог дополнительного образования  
**Акулов Александр Евгеньевич**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Образовательная программа «Подвижные игры» имеет *физкультурно-спортивную направленность*, по уровню освоения программа общекультурная, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных волевых и физических качеств, формирование разносторонних двигательных умений и навыков, а также приобретение необходимых знаний для самостоятельной организации физкультурных занятий.

**Новизна данной общеобразовательной программы** в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься игровой деятельностью, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Дает возможность более углубленно заняться подвижными играми детям, коснувшимся данной темы в школе, уделяет большое внимание вопросу воспитания и развития потребности к здоровому образу жизни. Воспитывает гармоничного человека с эмоционально-волевой устойчивостью к неблагоприятным факторам. В процессе занятий большое значение уделяется и интеллектуальному воспитанию, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области организации физкультурных занятий, гигиены и других дисциплин.

**Актуальность программы** состоит в том, что игра, являясь элементом культуры общества, обогащает детей, создавая ценность бытия человека и является главным источником усвоения жизненного опыта, социальной практики, коллективных отношений, самопознания, развития творчества и познания окружающего мира.

Развиваясь со всей культурой общества, игровая деятельность удовлетворяет различные потребности человека (в отдыхе, развлечении, в развитии физических, интеллектуальных, духовных возможностей и т.д.). В игре выявляется и развивается характер ребёнка, его взгляды на окружающий мир, его идеалы. Играя, дети приближаются к решению важных жизненных проблем, в игре ребёнок всё время стремится идти вперёд, расти и взрослеть.

Моделируя различные явления жизни и деятельности человека (быт, обряды, обычаи, военное искусство, экономику, науку, театр и т.п.), игра стала важным фактором социализации личности, одним из источников формирования социального сознания.

**Адресат (участники) программы:** 7-9 лет.

**Цель программы:** Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Общей целью программы** является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

### **Задачи программы.**

#### **Образовательные:**

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
- освоение знаний о подвижных играх, их истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой бега;
- овладение техникой прыжков;
- овладение техникой метания;
- освоение техники ловли и бросков мяча;
- овладение техникой передвижений, остановок и поворотов;
- освоение основ организации и методики проведения подвижных игр;
- освоение тактики игр.

#### **Развивающие:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие общей выносливости;
- развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.

### **Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

### ***Организационно-педагогические условия реализации программы:***

**Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 7-9 лет.**

**Условия набора и формирования групп:** в коллектив принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью и не имеющие явных физических предпосылок к занятию спортом.

**Количество учащихся в группе:** группа 1 года обучения комплектуется в количестве не менее 15 человек.

**Сроки реализации программы – 1 год.**

**Объём программы: 72 часа.**

**Формы и режим занятий:** формы организации детей на занятии - групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая. Режим занятия- занятия проводятся **1 раз в неделю по 2 часа**. Формы проведения занятий - практическая, комбинированная, соревновательная.

Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя часы теории и практики-тренировки.

При обучении используются основные *методы* организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые.

Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного

труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

**Кадровое обеспечение программы:** программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

**Методы обучения:**

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

**Материальное оснащение:**

- специальный спортивный зал с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режимом;
- форма для занятий;
- мячи баскетбольные (№ 5 – 15 шт., № 6 – 15 шт., № 7 – 15 шт.);
- мячи волейбольные 15 шт
- насос ручной или ножной;
- иглы для насоса;
- стойки для обводки (8 шт.);
- гимнастические скамейки (4 шт.);
- мячи набивные (2 кг, 3 кг, 5 кг)
- скакалки;
- кегли;
- гимнастические обручи;
- гимнастический мостик;
- гимнастическая стенка;
- маты гимнастические;
- рулетка;
- секундомер;
- свисток.

## Планируемые (ожидаемые) результаты

### Предметные:

- обучить теоретическим основам подвижных игр;
- обучить основам организации и проведения игр;
- обучить основам техники бега, прыжков, ловли и метания мяча;
- обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям в процессе различных игр;
- сформировать систему навыков соревновательной деятельности по наиболее популярным, массовым играм и эстафетам.

### Метапредметные:

- развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- развитие и укрепление опорно-двигательного и суставно-связочного аппарата.
- развитие специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости, выносливости, скоростно-силовых качеств).

### Личностные:

- привлечение детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой
- формирование здорового образа жизни.
- воспитание умения действовать в команде.
- формирование стойкого интереса к занятиям, трудолюбия.

Уровень освоения программы: *общекультурный*

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Тема раздела	Количество часов		
		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b> Техника безопасности	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Теоретические знания.</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>1</b>
2.1	Основные понятия о подвижных играх. История возникновения игры.	2	2	-
2.2	Педагогическая характеристика подвижных игр	2	2	-
2.3	Основы организации и методики проведения подвижных игр	2	1	1
<b>3.</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>4.</b>	<b>Подвижные игры</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>
<b>5.</b>	<b>Контрольные и итоговые занятия.</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
5.1	Выполнение контрольных нормативов.	2	-	2
5.2	Контрольные игры и соревнования.	2	-	2
	<b>Всего часов:</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 217  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
имени Н.А. Алексева  
(ГБОУ школа № 217)**

Утвержден  
Приказом директора  
от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
Директор ГБОУ школа № 217  
\_\_\_\_\_  
С.Н.Калиберда

**Календарный учебный график**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Подвижные игры»  
(название)  
на \_\_\_\_\_ 2018-2019 \_\_\_\_\_ учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2018-2019	01.09.18	27.05.19	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

**Режим работы в период школьных каникул.**

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий, с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая и дистанционная форма работы, концертной деятельности, участия в конкурсах и фестивалях художественного творчества, экскурсий, выездов.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Цель программы:** Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Общей целью программы** является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

### Задачи программы.

#### Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
- освоение знаний о подвижных играх, их истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой бега;
- овладение техникой прыжков;
- овладение техникой метания;
- освоение техники ловли и бросков мяча;
- овладение техникой передвижений, остановок и поворотов;
- освоение основ организации и методики проведения подвижных игр;
- освоение тактики игр.

#### Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие общей выносливости;
- развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.

### **Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

## **СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ**

### **1. Вводное занятие.**

**Теория:** Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Безопасность при проведении соревнований. Оказание помощи в опасных ситуациях во время игры: первая помощь при ушибах, вывихах, ссадин.

**Практика:** Основные приемы оказания первой медицинской помощи.

### **2.1. Основные понятия о подвижных играх. История возникновения игры:**

**Теория:** Понятие игра. Функции игры. Сущность, происхождение, развитие и значение игры.

### **2.2. Педагогическая характеристика подвижных игр:**

**Теория:** Образовательное значение подвижных игр. Воспитательное значение подвижных игр. Оздоровительное значение подвижных игр. Классификация игр. Развитие физических качеств (сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость) средствами игры.

### **2.3. Основы организации и методики проведения подвижных игр:**

**Теория:** Методические особенности игры. Основные задачи руководителя игры. Принципы обучения (сознательности и активности, последовательности, систематичности, доступности, прочности, наглядности). Организационные особенности игры. Подготовка к проведению игры (выбор игры, подготовка места занятий и инвентаря, организация играющих, выбор водящего, деление на команды, объяснение игры, схема объяснения). Руководство процессом игры (начало, наблюдение за ходом игры и поведением играющих, способы дозирования нагрузки в игре, окончание, подведение итогов и разбор игры, схема анализа и оценки проведения подвижной игры).

**Практика:** Осуществление руководства процессом игры.

### **3. Общая физическая подготовка:**

**Теория:** Роль и значение гимнастических и легкоатлетических комплексов упражнений для занимающихся. Подбор упражнений для подготовки к конкретной игре. Роль и значение силовых упражнений.

**Практика:** Строевые упражнения. Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения для мышц ног и таза. Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

### **4. Подвижные игры:**

**Теория:** Роль и значение подвижных игр, в процессе становления и социализации личности.

**Практика:** Игры перебежки. Подвижные игры с ловлей, бросками и передачей мяча. Русские народные игры. Полосы препятствий и эстафеты.

### **5. Контрольные и итоговые занятия:**

**Практика:** Сдача контрольных нормативов (челночный бег 3х9, метание мяча, прыжок с места).

## **Оценочные и методические материалы.**

### **Общие критерии оценивания результатов:**

- Владение знаниями по программе, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности. Основной показатель работы – выполнение в конце каждого года обучения программных требований по уровню подготовленности занимающихся.
- Активность. Участие в соревнованиях школьного и районного уровня.
- Умение работать в коллективе.
- Уровень воспитанности и культуры учащихся.
- Спортивный рост и личностные достижения воспитанников.

### **Критерии замера прогнозируемых результатов:**

- Педагогическое наблюдение.
- Проведение открытых занятий с их последующим обсуждением.
- Проведение итоговых контрольных игр, эстафет и стартов, обобщение, обсуждение результатов.
- Участие в соревнованиях.

### **Методы проведения занятий.**

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение, ТСО.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

### **Формы подведения итогов.**

- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях школы, района и города.

### **Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы**

- Входная диагностика - сентябрь
- Промежуточная диагностика и контроль – декабрь
- Итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Формы проведения диагностики и контроля определены дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программой.

### **Список литературы для педагога**

1. Былеева Л.В., Коротков Н.М. Подвижные игры: Пособие для ин-тов физкультуры. – М.: ФиС, 1982.
2. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателей детского сада. – М.: Просвещение, 1983.
3. Горчакова Л.П. Физическое воспитание в малокомплектной школе: Пособие для учителей. – М.: Просвещение, 1983.
4. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателей детского сада. – М.: Просвещение, 1989.
5. С. А. Полиевский «Технические средства обучения в спортивных играх». - К. Здоровье, 1986 г.

### **Список литературы для детей и родителей**

1. Коротков. Н.М. Подвижные игры для детей. – М.: Советская Россия, 1987.
2. Коротков Н.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1971.
3. Коротков Н.М. Подвижные игры в школе. – М.: Просвещение, 1979.
4. Спортивные игры. Том 1/ Под редакцией Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М.: Изд. Центр Академия, 2002 г.
5. Спортивные игры. Том 2/ Под редакцией Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. – М.: Изд. Центр Академия, 2004 г.

### **Список использованной литературы:**

1. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. ( в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986.
2. Спортивные и подвижные игры: Учебник для техникумов физической культуры / Под ред. Портных Ю.И. – М.: ФиС, 1984
3. Закон РФ «Об образовании».
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844).
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. // Вестник образования № 15, 2003 г.

### План учебно-воспитательной работы

№	Название мероприятия	Номер группы	сроки	Место проведения	примечания
1	Участие в соревнованиях Открытой Спартакиады ШСК и команд ОУ Красносельского р-на.	1,2	В течение года	Территория Красносельского р-на	
2	Участие в соревнованиях Открытой Спартакиады ШСК и команд ОУ Красносельского р-на. Баскетбол.	1,2	Ноябрь		
3	Входная диагностика	1,2	сентябрь	Школа 217	
4	Анкетирование детей	1,2	декабрь	Школа 217	
5	Участие в спортивном мероприятии «Красносельские старты» по физической подготовленности «ГТО»	1,2	апрель	Красносельский р-н	
6	Итоговая диагностика	1,2	апрель	Школа 217	

## План работы с родителями

№	Название мероприятия	Номер группы	сроки	Место проведения	примечания
1	Общее родительское собрание	1,2	сентябрь	Школа 217	
2	Родительское собрание в объединении	1,2	декабрь	Школа 217	
3	Открытое занятие	2	февраль	Школа 217	
4	Родительское собрание	1,2	май	Школа 217	
5	Мониторинг родительского мнения о результативности работы объединения	1,2	март	Школа 217	