

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

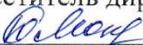
Министерство образования и науки Смоленской области

Управление образования и молодежной политика Администрации

города Смоленска

МБОУ «СШ № 21 им. Н. И. Рыленкова»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом
совете школы
Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора

Леоненкова Ю.С.
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

Вакунова С.В.
Приказ № 299
от 30 августа 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно - спортивной направленности
«Страна Игралия»

Возраст обучающихся: 8-10 лет

Срок реализации-1 год

Автор-составитель:
Иванов Евгений Николаевич,
учитель физической культуры

Смоленск

2024

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Страна Игралия» является программой физкультурно-спортивной направленности, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и образовательного учреждения:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р;

- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Минтруда и социальной защиты населения Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Устав МБОУ «СШ № 21 им. Н.И. Рыленкова»

Одной из важнейших задач совершенствования учебно-воспитательного процесса в школах является организация двигательного режима школьников, который является неотъемлемым компонентом общего режима школы, обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях.

При организации двигательного режима важно учитывать закономерные изменения умственной работоспособности школьников, которые отражают функциональное состояние центральной нервной системы и тесно связаны с суточным ритмом их физиологических функций.

У учащихся в процессе учебных занятий активно участвует в работе очень небольшое количество мышц тела. Остальные находятся либо в состоянии относительного бездействия, либо несут статическую нагрузку. В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности: ухудшаются внимание и память, удлиняется латентный период двигательной реакции. В результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка. При этом у школьников отмечается тенденция к увеличению наклона головы и туловища вперед и искривлению позвоночника.

Увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной работоспособности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой системы.

Сказанное выше объясняет необходимость проведения кружка «Страна Игратия» в режиме дня школьников.

Реализация программы рассчитана на один год. Программа ориентирована на учащихся 2-4 классов.

При проведении занятий можно выделить два **направления**:

- **оздоровительная направленность**, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;
- **повышение двигательной подготовленности учащихся**, отвечающей требованиям учебной программы.

Адресат программы: подростки в возрасте 8-10 лет.

Доступность программы для различных категорий детей

Занятия по программе доступны для **отдельных категорий детей с ОВЗ и детей-инвалидов**. При проведении занятий используются здоровьесберегающие педагогические технологии.

Программа предусматривает обучение **детей с выдающимися способностями**. При работе с этой категорией детей применяются элементы технологии разноуровневого обучения. Для этих обучающихся предусмотрено участие в соревнованиях, олимпиадах различного уровня.

Программа подходит для работы с **детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации**. При работе с этой категорией детей используется технология педагогической поддержки. Обучаться по программе имеют возможность **дети из малообеспеченных семей**, так как она не предусматривает приобретение дорогостоящих материалов и специального оборудования.

Объем программы: 34 часа.

Срок освоения программы: 1 год.

Режим занятий: 1 раза в неделю, 1 академический час продолжительностью 40 минут.

Формы организации учебного процесса: очная

Виды занятий:

- Веселые старты;
- Игровые уроки;
- Уроки-эстафеты;
- Уроки-соревнования.

Цель программы: формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности.

Задачи:

- целенаправленное развитие физических качеств;
- совершенствование двигательных навыков, изученных на уроках физической культуры;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;
- содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.

Планируемые результаты

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Условия реализации программы:

- Спортивный зал;
- Спортивный инвентарь.

Виды и формы контроля

- *Текущий контроль* осуществляется на каждом занятии. Он проводится в форме педагогического наблюдения, устного опроса, анализа выполнения упражнений;
- *Итоговый контроль* проводится в мае, в конце обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме соревнования.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Формы аттестации/контроля
1.	Общие подвижные символические игры.	3	Соревнование
2.	Игры для формирования правильной осанки	3	Соревнование
3.	Игры на развитие скоростных качеств	3	Соревнование
4.	Игры на совершенствование прыжковых упражнений	3	Соревнование
5.	Игры с метанием мяча	3	Соревнование
6.	Игры лазанием и перелезанием	3	Соревнование
7.	Игры на развитие ловкости, внимания	3	Соревнование
8.	Игры с разными предметами	3	Соревнование
9.	Русские народные игры	3	Соревнование
10.	Сюжетные игры.	3	Соревнование
11.	Игры народов мира	4	Соревнование
Итого:		34	

III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Общие подвижные символические игры.

«Бабки», «Серый волк», «Платок»

2. Игры для формирования правильной осанки.

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки»

3. Игры на развитие скоростных качеств.

«Дорожки», «Вызов номеров», «Эстафета зверей»

4. Игры на совершенствование прыжковых упражнений.

«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Воробушки и кот»

5. Игры с метанием мяча.

«Охотники и утки», «Зевака», «Перестрелка»

6. Игры лазанием и перелезанием.

«Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Цепи кованы»

7. Игры на развитие ловкости, внимания.

«Жмурки», «Корзинки», «Море волнуется»

8. Игры с разными предметами.

«Домики», «Двенадцать палочек», «Кольцо»

9. Русские народные игры.

«Ясное золото», «Просо сеяли», «Ручеёк»

10. Сюжетные игры.

«У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки»

11. Игры народов мира

«Пожарная команда (Германия), «Поезд» (Аргентина), «Потяг» (Белоруссия), «Большая кошка» (Бразилия)

IV. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Дата	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
1.		«Бабки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
2.		«Серый волк»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
3.		«Платок»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
4.		«Бои на бревне»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
5.		«Ванька-встанька»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
6.		«Лошадки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
7.		«Дорожки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
8.		«Вызов номеров»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование

9.		«Эстафета зверей»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
10.		«Кто дальше»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
11.		«Перетягивание прыжками»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
12.		«Воробушки и кот»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
13.		«Охотники и утки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
14.		«Зевака»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
15.		«Перестрелка»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
16.		«Распутай верёвочку»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
17.		«Защита укрепления»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование

18.		«Цепи кованы»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
19.		«Жмурки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
20.		«Корзинки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
21.		«Море волнуется»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
22.		«Домики»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
23.		«Двенадцать палочек»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
24.		«Кольцо»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
25.		«Ясное золото»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
26.		«Просо сеяли»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое

					наблюдение, соревнование
27.		«Ручеёк»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
28.		«У медведя во бору»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
29.		«Зайцы в огороде»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
30.		«Кошки-мышки»	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
31.		«Пожарная команда (Германия)	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
32.		«Поезд» (Аргентина)	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
33.		«Потяг» (Белоруссия)	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование
34.		«Больная кошка» (Бразилия)	Беседа, игра	1	Участие в игре, педагогическое наблюдение, соревнование

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Информационное обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации

- <https://videouroki.net/razrabotki/podvizhnyie-ighry-na-urokakh-fizichieskoi-kul-tury-v-nachal-noi-shkolie.html>
- https://spo.1sept.ru/view_article.php?ID=201001112

Результативность образовательной программы, оценочные материалы

Определение степени достижения результатов обучения по данной образовательной программе, закрепления знаний, ориентации обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение, получение сведений для совершенствования педагогом образовательной программы и методики обучения играет важную роль в дополнительном образовании детей.

С этой целью проводится промежуточная и итоговая аттестация обучающихся. Она позволяет провести поэтапную систему контроля за обучением детей и отслеживать динамику образовательных результатов ребенка, начиная от первого момента взаимодействия с педагогом. Это способ оценивания сравнение ребенка не столько с другими детьми, сколько с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем.

Регулярное отслеживание результатов является основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Образовательная программа предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям, навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, поэтому результаты подводятся по двум группам показателей:

Учебным (фиксирующим приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы предметные и общеучебные знания, умения и навыки) личностным (выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном объединении).

Формы контроля знаний

1. Соревнование

Методы обучения

1. Игры;
2. Словесные методы;
3. Методы практико-ориентированной деятельности.

Технологии обучения

В образовательном процессе применяются следующие технологии обучения:

- здоровьесберегающие;
- игровые;
- дифференцированного обучение.

VI. ЛИТЕРАТУРА

1. Артем Патрикеев Подвижные игры. 1-4 классы ВАКО. 2010
2. Лях В.И., А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (общеобр.), Москва, Просвещение, 2011.