МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Директором МБДОУ «Ромашка»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.В. Ляхова  РАССМОТРЕНО  Методическим советом МБОУ ДО «Центр внешкольной работы»»  Протокол № 12 от «18» августа  2022 года |  | УТВЕРЖДАЮ  Директор МБОУ ДО «Центр внешкольной работы» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р. Ш. Абдулина  Приказ № 105 - од  от «18» августа 2022 года |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«**Подвижные игры**»**

**Направленность программы:** физкультурно - спортивная

**Целевая группа**: воспитанники 6 - 7 лет

**Срок реализации** – 1 год

**Годовое количество часов**: 108 часов

**Количество часов в неделю**: 3 часа

**Уровень программы**: базовый

**Автор**: Мустафина Лилия Минегареевна,

педагог дополнительного образования

МБОУ ДО «Центр внешкольной работы»

с. Пировское, 2022 г.

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Основой для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно - спортивной направленности «Подвижные игры» являются следующие нормативные документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022);

− Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

− Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

− Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;

− Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

− Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

− Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

− Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Направленность программы** физкультурно- спортивная

**Новизна программы.** Новизна программы заключается в использовании игровых технологий, что является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебно -воспитательного процесса.

**Актуальность программы**. Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д.

**Отличительными особенностями данной программы являются:**

- интегрирует в себе знания фольклора;

- физическое развитие;

- освоение культурного наследия русского народа;

- улучшение здоровья;

- практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

**Адресат программы**

Программа ориентирована на детей дошкольного возраста 6 - 7 лет, посещающих МБДОУ «Ромашка».

Набор осуществляется путем записи всех желающих с последующим предоставлением заявления на обучение и ксерокопии свидетельства о рождении и СНИЛСА.

Занятия проводятся на базе детского сада. В группе могут быть разновозрастные дети.

**Сроки реализации программы.**

Программа предусматривает 108 учебных часов, 36 рабочих недель. Срок реализации -1 год.

**Формы обучения и режим занятий**

Программой предусмотрено проведение занятий в очной, групповой, парной форме.

**Наполняемость группы:** дети в возрасте 6 - 7 лет, от 10 до 20 человек.

**Режим занятий:** 3 раза в неделю с продолжительностью занятия с детьми в возрасте 6 - 7 лет 30 минут (1 академический час). Продолжительность занятий установлена в соответствии с нормативными документами и современными требованиями СанПиН.

**Цель программы:** укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, снятие психологического напряжения после умственной работы на занятиях. удовлетворение потребности младших школьников в движении, развитие умственной и творческой способности, нравственных качеств.

**Задачи программы:**

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой;

- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыка;

- развить координацию движений и основные физические качества;

- способствовать повышению работоспособности учащихся;

- развивать двигательные способности;

- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;

- воспитывать дисциплинированность;

- способствовать формированию умения  работать  в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

**2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование темы, раздела | Количество часов | | | Форма аттестации/  контроля |
| Всего | Теория | Практика |
|  |
| 1. | Русские народные игры | 54 | 10 | 44 | игра/опрос |
| 2. | Современные подвижные игры | 54 | 10 | 44 | игра/опрос |
| ИТОГО: | | 108 | 20 | 88 |  |

**2.1. Содержание программы**

**Русские народные игры:**

**1. «Щука»**

Вариант салочек (пятнашек). Осаленный прицепляется к воде, вместе они салят следующего, последний осаленный игрок становится водящим. Ещё один вариант этой игры, но осаленные замирают на месте, раскрыв руки, они могут быть заново расколдованы, если водящий допустит к ним других игроков. Водящим становится последний осаленный.

**2. «Водяной»**

Все встают в круг и ходят вокруг водящего с закрытыми глазами: “Дедушка Водяной, что сидишь ты под водой?! Выгляни на чуточку, на минуточку!” После чего водяной встает и выбирает наугад любого игрока, трогает и пытается угадать – кто это. Если угадал, то угаданный становится “Водяным”.

**3. «На златом крыльце сидели…»**

Водящий крутится на месте и вокруг себя у земли вращает прыгалками (если длинные, лучше сложить пополам), приговаривая (на каждый оборот по слову): “Hа златом крыльце сидели царь, царица, король, королица, повар, портной…

Игроки вокруг должны прыгать через скакалку; кто не успеет, тот водит и до следующей ошибки именуется словом, на котором он запутался в скакалке.

**4. «Ворота»**

Вариант жмурок, где водит двое с закрытыми глазами – “стража”, меж которых должны пройти остальные игроки, пойманные меняются местами со стражей.

**5. «Слон»**

Играют две команды: “слоны” и «наездники». Слоны встают цепочкой, держась друг за друга в согнутом состоянии, наездники запрыгивают на них и “слон” пытается идти с этой ношей.

**6. «Лошади»**

На конюшне стоят лошади, недалеко от них сидят на скамейках конюхи с вожжами. Старший конюх – воспитатель- подходит к дощечке, подвешенной на дерево, и отбивает примерно 15-18 ударов. За это время конюхи быстро выводит лошадей, запрягают их и выстраиваются друг за другом. На сигнал «поехали» скачут галопом. По сигналу «Лошади испугались» разбегаются в разных направлениях. Конюхи ловят и отводят лошадей в конюшню. Дети меняются.

**7. «Бой петухов»**

Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая соперника правым или левым плечом. Проигрывает тот, кто коснётся земли второй ногой. Руки дети держат на поясе либо скрёстно перед грудью; можно держаться одной рукой за носок согнутой ноги. Толкаться руками не разрешается. Побеждает тот, кто дольше продержится, прыгая на одной ноге меняются ролями, игра повторяется.

**8. «Бредень»**

Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников -"рыбу". Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удается образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.

**9. «Подвижная цель»**

Дети образуют большой круг, расположившись в 2 - 3 шагах друг от друга. Перед их носками можно провести линию. Выделяется водящий, который выходит на середину круга. По сигналу дети начинают перебрасывать друг другу мяч, чтобы выбрать момент и попасть им в водящего. Водящий, бегая по кругу, увертывается от мяча. Тот, кто попал мячом в водящего, идет на его место.

**Современные подвижные игры:**

**1. «Мяч по кругу»**

Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – коснуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, стает ведущим.

**2. «Змейка на асфальте»**

Начертить прямую и изогнутую линию и учиться ходить по ним, тренируя координацию.

**3. «Бег с шариком»**

Игроки от каждой команды получают по одному шарику и ложке. По сигналу учителя игроки должны взять ложку с шариком и начать бег, стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.

**4. «Третий лишний»**

Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот, кто остался без пары, начинает убегать. И так до тех пор, пока кого- то не поймают.

**5. «Чужая палочка»**

Для этой игры берут две небольшие одинаковые палочки. По сигналу учителя нужно бросить свою палку как можно дальше и тут же побежать за палочкой противника. Побеждает тот, кто первый вернется с чужой палочкой.

**6. «След в след»**

Догоняющий должен гнаться за убегающим, наступая точно след в след. После можете посмотреть получившиеся следы.

**7. «Мишень»**

Выберите себе мишень – нарисуйте на бумаге и прикрепите, или просто пометьте мелом на заборе или другой поверхности. Снежки можно изготовить из фольги. Чья команда большее количество раз попадет в мишень, та и выиграет.

**8. «С кочки на кочку»**

Учитель чертит круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами - 40-50 сантиметров. Ребенку нужно прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.

**9. «Без пары»**

Взявшись за руки, дети образуют два круга: один внутри, другой снаружи, при этом во внешнем круге на одного человека должно быть меньше. Дети двигаются по кругу. По сигналу учителя дети берут друг друга за руки, образуя пары. Тот, кто остался без пары, пляшет либо рассказывает стих, отгадывает загадку и т. д.

**10. «Веревочка»**

Играющие образуют круг, держась руками за веревку. Водящий, передвигаясь произвольно внутри круга, старается ударить кого-либо по руке. Кто не успел отдернуть руку, становится водящим

**3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Метапредметные результаты** – технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.

**Предметные результаты -** планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием подвижных игр; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований; 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.

**Личностные результаты -** проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; управлять своими эмоциями в различны(нестандартных) ситуациях и условиях.

**4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Год обучения** | **Дата начала занятий** | **Дата окончания занятий** | **Количество учебных недель** | **Количество учебных дней** | **Количество учебных часов** | **Режим занятий** | **Сроки проведения итоговой аттестации** |
| 1. | 2022-2023 уч. год | 01.09.  2022 г. | 31.05.  2023г. | 36 уч. недель | 36 | 108 | 30 минут/перерыв 10 минут/ 30 минут | Апрель-май |

**5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Материально - технические условия реализации программы – занятия и праздники проводятся в музыкальном зале.

В образовательном процессе используется:

- музыкальный центр LG;

- ноутбук ACER;

- необходимая атрибутика;

- флешки с музыкальным материалом;

Программа реализуется педагогом дополнительного образования МБОУ ДО «Центр внешкольной работы»: Мустафиной Лилией Минегареевной, первой квалификационной категории, образование – высшее (педагогическое).

**6. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Контроль уровня умений и навыков детей подготовительной группы по усвоению подвижных игр не имеет ярко выраженной формы.

Контроль текущий, промежуточный и итоговый. Весь контроль будет проводиться в игровой форме.

Текущий контроль осуществляется педагогом на каждом занятии, по следующим критериям оценивания знаний ребенка: высокая мотивация, активность, внимательность. Текущий контроль осуществляется с целью коррекции.

Промежуточный и итоговый контроль проводится после прохождения теории каждой игры и в конце года. Он проводится в ходе разнообразных игр, конкурсов. Контроль проводится с целью отслеживания уровня понимания детьми правил игры и её цели.

Программа результативна, если к концу обучения фиксируются следующие результаты:

• пробуждение интереса к подвижным играм и фольклору;

• положительная мотивация к участию в подвижных играх;

• получат развитие память, внимание;

• получат развитие логическое мышление;

• у детей повысится познавательный интерес к подвижным играм;

• повысится культура общения и поведения в социуме.

**7. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Общая характеристика педагогического процесса.**

Педагогический процесс проходит на базе МБДОУ «Ромашка» строится согласно календарно - учебного плана и нормами СанПиН. Реализация данной программы проводится три раза неделю (1 год обучения – понедельник, среда, пятница) в первой половине дня 11:30 Продолжительность занятия с детьми в возрасте 6 - 7 лет составляет 30 минут (1 академический час).

Основной формой организации обучения по данной программе является занятие.

Содержание программы ориентированно на добровольные разновозрастные группы детей и полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него

**Методы обучения:**

При реализации программы используются различные методы обучения:

1) Словесные - рассказ, объяснение нового материала;

2) Наглядные - показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;

3) Практические - апробирование новых игр;

4) Игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы

**Педагогические технологии:**

Игровая технология

Игра наряду с трудом и ученьем- один из основных видов деятельности человека, удивительный феномен нашего существования.

По определению, игра - это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.

Здоровье сберегающие технологии

Использование данных технологий позволяет равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физкультминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО, что дает положительные результаты в обучении.

Методы используемые при реализации программы: занятия с детьми осуществляется на основе деятельностного метода, позволяющего соотнести теоретический материал с практическими занятиями.

Программа следует основным тенденциям в развитии современной методики обучения подвижным играм.

- коммуникативной направленности;

- повышение мотивации учения;

Перечень методических видов продукции для реализации программы:

- методические пособия;

- фото и видео материалы;

- флеши с музыкальным материалом;

- картотека подвижных игр;

- сценарии развлечений;

- конспекты занятий;

- разнообразная атрибутика.

**8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

**Основная и дополнительная литература:**

1. Жуков М. Н., Подвижные игры. – М., 2000

2. Железняк М. Н., Спортивные игры. – М., 2001

3. «Как себя вести» - В.Волина. «Дидактика плюс», Санкт-Петербург 2004.

4. Коротков И. П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.,1991

5. Литвинов М. Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.

6. Осокина Т. И., Детские подвижные игры. – М., 1989.

7. Портных Ю. И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2004г.

8. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры»– Мир Книги, Москва. 2003.

**Список литературы,**

**рекомендованный для детей и родителей по данной программе**:

1. Былеев Л. В., Сборник подвижных игр. - М.,1990
2. Васильков Г. А., От игр к спорту. -М,1985
3. DVD «Уроки тетушки Совы»-ТО «Маски», Москва, 2009.
4. Эмма Степаненкова "Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет"