

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 288  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета  
ГБОУ школы № 288  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга  
№ 01 от 30.08.2017 года

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 253 от 01.09.2017 года  
Директор ГБОУ школы № 288  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга  
С.А. Чувахина



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Подвижные игры»

Возраст учащихся: 7-11 лет  
Срок реализации: 2 года

Разработчик  
Балина Нина Александровна  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	2
НАПРАВЛЕННОСТЬ .....	2
АКТУАЛЬНОСТЬ.....	2
ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ.....	3
АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ .....	4
ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	4
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	5
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	5
<i>Личностные</i> .....	5
<i>Метапредметные результаты</i> .....	6
<i>Предметные результаты</i> .....	6
УЧЕБНЫЙ ПЛАН. Первый год обучения.....	7
УЧЕБНЫЙ ПЛАН. Второй год обучения.....	8
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....	9

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### НАПРАВЛЕННОСТЬ

Программа дополнительного образования «Подвижные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность. Уровень освоения программы общекультурный.

### АКТУАЛЬНОСТЬ

Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года, принятая Правительством РФ в 2009 году, определяет основные направления развития и значение физической культуры и спорта в стране как создание условий для здорового образа жизни граждан, приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом, повышение массовости физической культуры и спорта, обеспечение доступа к развитой спортивной инфраструктуре, повышение конкурентоспособности российского спорта, пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта.

В настоящее время происходит резкое снижение уровня здоровья школьников, растет количество детей, имеющих всевозможные отклонения в состоянии здоровья, в особенности опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья школьников является одной из важнейших задач социально-экономической политики нашего государства. Воспитывая в школьниках самостоятельность, педагог помогает им решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте.

Эффективность применения подвижных игр в процессе физического воспитания школьников обусловлено их комплексным воздействием на психоэмоциональную и двигательную сферу детей, возможностью увеличения двигательной активности, восполнения дефицита положительных эмоций, активизации психических процессов, регулирования взаимоотношений, формирования свойств личности, социального поведения. Кроме того, применение подвижных игр направлено на развитие координационных, силовых и скоростных способностей, сенсорных и психодинамических качеств.

Основой для создания данной программы явились социально-экономические потребности современного общества в здоровом, воспитанном и активном подрастающем поколении. Подвижные игры являются наиболее комплексным и универсальным средством всестороннего развития и воспитания личности ребенка младшего школьного возраста. Программа имеет модифицированный вид.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

	Нормативные акты
Основные характеристики программы	Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (далее – Федеральный закон № 273-ФЗ) (ст. 2, ст. 12, ст. 75)
Порядок проектирования	Федеральный закон № 273-ФЗ (ст. 12, ст. 47, ст. 75)
Условия реализации	Федеральный закон № 273-ФЗ (п. 1, 2, 3, 9 ст. 13; п. 1, 5, 6 ст. 14; ст. 15; ст. 16; ст. 33, ст. 34, ст. 75), Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009 № 1101-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4.08.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
Содержание программы	Федеральный закон № 273-ФЗ (п. 9, 22, 25 ст. 2; п. 5 ст. 12; п. 1, п. 4 ст. 75), Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р, утверждающее Концепцию развития дополнительного образования детей Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))». Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 01.03.2017 г. № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»
Организация образовательного процесса	Федеральный закон № 273-ФЗ (ст. 15, ст. 16, ст. 17; ст. 75). Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4.08.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

### ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Подвижные игры» для детей 7-11 лет разработана на основе нормативных требований по физической и спортивно-технической подготовке юных спортсменов, сформированные на основе научно-методических материалов и рекомендаций по подготовке спортивного резерва, опыта работы спортивных школ. Обучение игровому материалу содействует решению главной задачи – привлечение занимающихся к самостоятельным занятиям физической культурой в целом и спортивными играми в частности.

При достаточно ограниченном выборе учащихся преподаватель зачисляет в группы начальной подготовки всех желающих заниматься по программе «Подвижные игры», поэтому главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

1. Создание условий для развития личности юных игроков.
2. Укрепление здоровья учащихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля.
3. Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности юных игроков.
4. Формирование знаний, умений и навыков по программе «Подвижные игры».
5. Привитие любви к систематическим занятиям спортом.
6. Достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовленности юных спортсменов.

## АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ

Учащиеся общеобразовательной школы № 288 Санкт-Петербурга, в которой большое внимание уделяется деятельности физкультурно-спортивному направлению отделения дополнительного образования детей. Учащиеся традиционно принимают участие в физкультурно-спортивных соревнованиях всех уровней – школьного, районного, городского.

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся и подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

Для реализации цели были поставлены следующие задачи программы:

- 1). Оздоровительные – гармоничное физическое развитие школьников, воспитание и развитие двигательных способностей (быстроты, ловкости, силы и выносливости), повышение работоспособности, укрепление здоровья занимающихся и профилактика различных заболеваний;
- 2). Воспитательные – воспитание потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, воспитание нравственных и волевых качеств характера (смелость, настойчивость, упорство, терпение, воля и др.), также воспитание позитивных межличностных отношений между игроками в команде (поддержка, взаимовыручка, уважение, толерантность и др.);
- 3). Образовательные – обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам, овладение основами технических элементов и тактических приемов игры, приобретение необходимых знаний в области физической культуры, по истории развития разных игр в России и за рубежом, по вопросам техники и тактики игры, а также изучение правил игр и порядок проведения соревнований.

Вышеуказанные задачи решаются на основе главных дидактических принципов:

- доступности – заложен в содержании и методике работы, ориентированной на детей конкретного возраста с учетом возрастных особенностей;
- активности – предполагает активное участие во всех играх, соревнованиях, активную работу над собой;
- сознательности – предполагает осознанное отношение к занятиям, способствующее оздоровлению организма в целом;
- последовательности – основанном на построении учебного процесса «от простого к сложному» в соответствии с возрастными и физическими возможностями ребенка;
- постепенности – предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на ребенка;
- дифференциации – обучение построено на индивидуальном подходе, учитывающем особенности каждого ребенка в отдельности.

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа предназначена для учащихся разного возраста от 7 до 11 лет. Формирование групп происходит на свободной основе по желанию. Возрастные особенности детей учитываются в процессе обучения через индивидуальный подход к ребенку, через различный подход к физическому развитию учащихся. К занятиям могут быть допущены дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии медицинского заключения

Программа рассчитана на 2 года обучения. В начале и в конце учебного года (сентябрь, май) проводится углубленный медицинский осмотр, по итогам которого и родителям, и медицинскому работнику даются рекомендации по оздоровлению детей. Освоив базовый курс, ребенок может и в дальнейшем посещать объединение.

Оптимальная наполняемость групп – 15 человек.

*Кадровое обеспечение:* педагог с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

*Материально-техническое и дидактико-методическое обеспечение*

Для реализации данной подпрограммы в образовательном учреждении имеется и может быть использовано:

1. Спортивный зал
2. Школьный стадион
3. Футбольные, баскетбольные и набивные мячи, фишки.
4. Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
5. Х/б форма (шорты, майка, носки, гетры), легкая спортивная обувь (кеды), манишки.
6. Компьютеры с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом.

*Дидактико-методическое оснащение*

Учебники по физической культуре. Методические пособия по проведению спортивных игр, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию учащихся. Учебные карточки с заданиями. Разработанные и утвержденные тесты, и нормативы по контролю общей физической подготовки (ОФП), технической, тактической и теоретической подготовок и т.п.

*Форма организации познавательной деятельности учащихся:*

Форма организации занятий: фронтальная, поточная, групповая, индивидуальная, «круговая тренировка».

Занятия групп первого года обучения:

2 раза в неделю по 2 и 3 часа, т.е. 5 часов в неделю (180 часа в год)

Занятия групп второго года обучения:

2 раза в неделю по 2 и 3 часа, т.е. 5 часов в неделю (180 часа в год)

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### *Личностные*

Отражают индивидуальные личностные качества учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса. Это:

- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;

- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

#### *Метапредметные результаты*

Характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности. Это:

- определение наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

#### *Предметные результаты*

Характеризуют умение и опыт учащихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Подвижные игры». Это:

- формирование знаний о различных подвижных играх и их роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Основными критериями оценки работы учащихся являются качество и скорость овладения технико-тактическими элементами игр, уровень развития физических способностей, желание и уровень мотивации к тренировочным занятиям, дисциплина и поведение на тренировках, а также умение применять приобретенные умения и навыки в соревновательных условиях. Итоги реализации программы: участие в соревнованиях, товарищеские игры, сдача контрольных нормативов и контрольные задания.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН. Первый год обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила безопасности при подвижных играх.	2	1	1	Тестирование
2.	Сюжетные игры	25	4	21	Тесты и упражнения, мониторинг, сдача контрольных нормативов
3.	Бессюжетные игры	25	2	23	Тесты и упражнения, мониторинг, сдача контрольных нормативов
4.	Игры с использованием предметов	48	2	46	Тесты и упражнения, мониторинг, соревнования товарищеские встречи, зачеты
5.	Подвижные игры по преимущественному развитию координационных способностей	20	2	18	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
6.	Подвижные игры по преимущественному развитию быстроты	20	2	18	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
7.	Подвижные игры по преимущественному развитию силы	20	2	18	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
8.	Спортивные игры	20	–	20	Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов
	Итого:	180	15	165	

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН. Второй год обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Правила безопасности при подвижных играх.	2	1	1	Тестирование
2.	Сюжетные игры	25	4	21	Тесты и упражнения, мониторинг, сдача контрольных нормативов
3.	Бессюжетные игры	25	2	23	Тесты и упражнения, мониторинг, сдача контрольных нормативов
4.	Игры с использованием предметов	48	2	46	Тесты и упражнения, мониторинг, соревнования товарищеские встречи, зачеты
5.	Подвижные игры по преимущественному развитию координационных способностей	20	2	18	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
6.	Подвижные игры по преимущественному развитию быстроты	20	2	18	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
7.	Подвижные игры по преимущественному развитию силы	20	2	18	Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях
8.	Спортивные игры	20	–	20	Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов
	Итого:	180	15	165	



## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2017	25.05.2018	36	180	2 раза в неделю по 2 и 3 часа, т.е. 5 часов в неделю
2 год	01.09.2017	25.05.2018	36	180	2 раза в неделю по 2 и 3 часа, т.е. 5 часов в неделю

Календарный учебный график составлен с учетом проведения во время каникулярного времени экспедиций, поездок, походов, учебно-тренировочных сборов, профильных лагерей, летних школ др. В период школьных каникул могут быть реализованы краткосрочные программы (модули) с переменным составом учащихся.