



Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования «Центр внешкольной работы»
Ново-Савиновского района г. Казани

Рассмотрена на заседании
методического объединения отдела
«29» августа 2022 г., протокол № 1

Принята на заседании методического совета
«31» августа 2022 г., протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЦВР
Ново-Савиновского района г. Казани
/ Салимова А.И.

введена в действие приказом
№ 105-о от 31 августа 2022 г.



В данном документе
пронумеровано,
пропущено и

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Подвижные спортивные игры»**

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 3 года
Педагог дополнительного образования
Белянин А.А

2022-2023 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные спортивные игры» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Образовательная программа «Центра внешкольной работы» Ново-Савиновского района г. Казани
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. №196 “Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”.
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14
- Устав МБУДО «Центр внешкольной работы» Ново-Савиновского района г.Казани.

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные спортивные игры» направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Программа «Подвижные спортивные игры» является программой **физкультурно – спортивной направленности**.

Выбор данного направления развития личности сделан с учётом интересов и запросов обучающихся и их родителей.

В настоящее время на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей детей.

Недостаточная физическая активность, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей.

Актуальность данной программы заключается в том, что она создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, способствующий укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Игровой метод дает возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявления самостоятельности и творчества. Игровые действия развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка, формируют и стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития, укрепляют здоровье.

А совместная деятельность детей совершенствует навыки общения, воспитывает доброжелательное отношение друг к другу, тем самым создавая комфортный эмоциональный фон в группе.

Участие в различных соревнованиях способствует развитию таких качеств как личная инициатива, настойчивость, сила воли и высокая дисциплинированность.

Цель программы: Удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, способствовать развитию физических, умственных и творческих способностей средствами подвижных и спортивных игр.

Задачи:

- Формирование у детей мотивационной сферы к физическому развитию, безопасной жизни, профилактика вредных привычек;
- Расширение кругозора учащихся в области физической культуры и спорта;
- Изучение правил подвижных игр и основных приёмов спортивных игр;
- Отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств;
- Формирование умения работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.
- Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки

Описание ценностных ориентиров содержания.

Принципы программы:

- Непрерывное дополнительное образование как механизм обеспечения полноты и цельности образования в целом.
- Вовлечение каждого ребёнка в активную деятельность.
- Развитие индивидуальности каждого ребёнка в процессе социального и профессионального самоопределения в системе дополнительного образования детей.
- Учёт возрастных особенностей детей.
- Единство и целостность партнёрских отношений всех субъектов дополнительного образования.
- Системная организация управления учебно-воспитательным процессом.
- Сочетание индивидуальных и коллективных форм деятельности.
- Целенаправленность и последовательность деятельности (от простого к сложному).
- Связь теории с практикой.

Основные виды деятельности:

- Теоретические занятия-лекции;
- Практические занятия (подача нового материала, закрепление теории, домашние задания, комплексы физических упражнений и др.);
- Учебно-тренировочные семинары, соединение теории с практикой;
- Участие в спортивных соревнованиях.

Формы проведения занятий применяются фронтальные, коллективно-групповые и индивидуально - фронтальные.

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Программы первого, второго и третьего года обучения рассчитаны на 144 учебных часов, включая теоретические и практические занятия. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю.

Данная программа рассчитана на подготовку обучающихся 4-10 классов (10-17 лет).

Содержание программы первого года обучения предусматривает обучение детей самым простым элементам владения мячом, первой доврачебной помощи при и травмах.

Содержание программы второго года обучения предусматривает дальнейшее совершенствование, углубление и расширение знаний, а также накопление опыта, совершенствование навыков и умений.

Содержание программы третьего года обучения предусматривает закрепление и дальнейшее изучение тактике и технике подвижных и спортивных игр: максимально подготовить воспитанников к участию в соревнованиях, самостоятельно судить и проводить простейшие соревнования.

Планируемые результаты.

Обучающиеся:

- Узнают содержание и основные правила игр разных направлений;
- Познакомятся с основными факторами, влияющими на здоровье человека;

- Будут знать правила поведения и безопасности, гигиенические требования к одежде и к обуви для занятий физических упражнений;
- Будут уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками;
- Смогут выполнять различные физические упражнения в игровой ситуации;
- Разовьют основные физические качества, координационные и ритмические способности, гибкость, ловкость, выносливость, чувство динамического равновесия;
- Приобретут навык проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- Смогут осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- Приобретут навыки взаимодействия со сверстниками в процессе занятий подвижными играми;
- Сформируют умение применять игровые навыки в жизненных ситуациях.
- Выработают навыки устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях спортом;
- Приобретут опыт участия в школьных и районных соревнованиях

Формы подведения итогов реализации программы.

Контролем знаний и умений являются выступления на конкурсах и соревнованиях, проведение промежуточной аттестации для первого и второго годов обучения, итоговой аттестации (по окончании программы) для третьего года обучения.

Промежуточная и итоговая аттестация в соответствии с учебным планом Центра внешкольной работы проводится в форме зачета.

Промежуточная и итоговая аттестация состоит из двух этапов: теоретические знания учащихся проверяются тестированием (письменная работа с тестом), физическая подготовка: сдача контрольных нормативов.