

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИЯ
ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 32
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ
МАОУ СОШ № 32



СОГЛАСОВАНО

Пр. № 147а от 23.05.2025 г.

Е.В. Федотова

2025 г.

2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Начальник лагеря

Д.А.Мкртчян

«23» мая 2025 г.

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №32

Л.А.Окуненко

«23» мая 2025 г.

2025 г.

Приложение к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе спортивной направленности «Физическая культура»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«ЗАБАВУШКА»
(спортивная)

Возраст детей: 7-12 лет

Срок реализации: 21 день

Екатеринбург, 2025

Содержание	Страница
1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель, задачи программы	4
1.3 Содержание программы	5
1.4 Планируемые результаты освоения программы	6
2. ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	8
2.1. Условия реализации программы	8
2.2. Формы контроля/аттестации	9
3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	10
Приложение 1. Мониторинг отслеживания результатов деятельности детей.	11

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа «Забавушка» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Данная программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 от 06 октября 2009 года);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.11.2010 №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009г. № 373»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации № 2357 от 22.09.2011 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 N 373»;

Актуальность

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни детей, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

Подвижные игры вырабатывают у детей также бойцовский характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства подвижных игр необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем. Кроме того, что подвижные игры оказывают всесторонне развивающее воздействие на организм, они еще и очень увлекательны и разнообразны по содержанию. Если надоедает одна игра, всегда на выбор есть еще множество других. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны ребенку.

Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. Именно поэтому игра признана ведущей деятельностью ребенка. Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

Отличительная особенность и новизна программы

Игра - это важная деятельность не только в младшем возрасте. В игре происходит не только формирование коммуникативных способностей, но еще и проецирование их на созданные имитационно условия существующего в реальном мире общения.

Игра помогает ребёнку выстроить систему взаимоотношений, межличностного взаимодействия, проявить свои лидерские умения. Игра дает прочную основу, так сказать теоретическое моделирование будущих ситуаций, с которыми ребенок может встретиться в реальной жизни.

Занятия кружка разработаны с учётом разновозрастного состава учащихся, соблюдая дифференцированный подход в соответствии с возможностями детей при выполнении упражнений общеразвивающего характера, игровых упражнений, подвижных игр.

В результате занятий ребята знакомятся со многими играми. Что позволяет воспитывать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с друзьями в свободное время.

Адресат программы: учащиеся МАОУ СОШ №32 в возрасте 7-12 лет.

Продолжительность программы: программа является краткосрочной и реализуется в течение лагерной смены (21 день). Занятия проходят 3 раза в неделю, общее количество часов – 9.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

- укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости,

формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Задачи программы:

- приобретение знаний о подвижных играх народов Урала, о традициях, истории и культуре уральских народов;
- обучение разнообразным правилам игр народов Урала и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- привить интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях, игровой и соревновательной деятельности.

1.3 Содержание программы

Тематический план..

Группы 7-9 лет:

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Чувашские народные игры	1		1
2	Башкирские народные игры	2		2
3	Татарские народные игры	1		1
4	Удмуртские народные игры	2		2
5	Русские народные игры	3		3
	Итого:	9		9

Содержание.

Тема 1. «Чувашские народные игры».

Практика: Игра «Рыбки».

Тема 2. «Башкирские народные игры».

Практика: Игры «Липкие пеньки», «Юрта».

Тема 3. «Татарские народные игры».

Практика: Игры «Скок-перескок», «Перехватчики», «Продаем горшки».

Тема 4. «Удмуртские народные игры».

Практика: Игры «Игра с платочком (Кышетэн шудон)», «Догонялки»,

Тема 5. «Русские народные игры».

Практика: Игры «У медведя во бору», «Пчелки и ласточка», «Мяч по кругу», «Салки», «Невод», «Заяц без дома».

Группы 10-12 лет.

№	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Башкирские народные игры	2		2
2	Татарские народные игры	2		2
3	Удмуртские народные игры	2		2
4	Русские народные игры	3		3
	Итого:	9		9

Содержание:

Тема 1. «Башкирские народные игры».

Практика: Игры «Липкие пеньки», «Юрта».

Тема 2. «Татарские народные игры».

Практика: Игры «Скок-перескок», «Перехватчики», «Продаем горшки».

Тема 3. «Удмуртские народные игры».

Практика: Игры «Игра с платочком (Кышетэн шудон)», «Догонялки»,

Тема 4. «Русские народные игры».

Практика: Игры «У медведя во бору», «Пчелки и ласточка», «Мяч по кругу», «Салки», «Невод», «Заяц без дома».

1.4 Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- развитие этических чувств, доброжелательности 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;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- 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.

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 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).

2. ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Условия реализации программы

2.1.1 Материально-техническая база

1. 15 теннисных мячей;
2. набор кубиков (10 штук);
3. 5 гимнастических обручей;
4. 5 гимнастических палок;
5. 10 лёгких игровых мячей среднего размера;
6. 10 скакалок;
7. 10 конусов;
8. 20 ленточек.

2.1.2. Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий среднее или высшее педагогическое образование по направленности программы и соответствующий квалификационным требованиям.

2.1.3. Методические материалы

В ходе реализации программы используются следующие методы: игровой метод и соревновательный метод.

Игровой метод характеризуется такими особенностями, как:

- «Сюжетная» организация, где деятельность играющих организуется в соответствии с образным или условным сюжетом (замыслом, планом игры), в котором предусматривается достижение определенной цели в условиях постоянного и в значительной мере случайного изменения ситуации.

- Разнообразие способов достижения цели. Почти всегда существуют различные пути выигрыша, допускаемые правилами игры, которые лимитируют лишь общую линию поведения, но не определяют жестко конкретные действия.

- Комплексный характер деятельности: игра включает в себя различные двигательные действия – бег, прыжки, метания и т. д. Правда, иногда игровой метод применяется и на основе относительно однородных действий, например «беговая игра» – своеобразное сочетание игрового метода с методом непрерывного переменного упражнения, где бег различной интенсивности или бег, чередуемый с ходьбой, проводится на местности в порядке игрового соперничества между участниками.

- Широкая самостоятельность действий занимающихся, высокие требования к их инициативе, находчивости, ловкости – игровой метод предоставляет играющим простор для творческого решения двигательных задач, при этом постоянное и внезапное изменение ситуаций по ходу игры обязывает решать эти задачи в кратчайшие сроки и с полной мобилизацией двигательных способностей.

- Вероятное программирование действий и ограниченные возможности дозирования нагрузки.

Главная черта соревновательного метода – сопоставление сил в условиях упорядоченного соперничества, борьбы за первенство или возможно высокое достижение.

Соревнование (или состязание), подобно игре, относится к числу наиболее широко распространенных общественных явлений. Оно имеет значение как способ организации и стимулирования деятельности в самых различных сферах жизни – в производственной деятельности, в искусстве (художественные конкурсы, фестивали), в спорте и т. д. Естественно, что конкретный смысл соревнований при этом различен.

Характер этой деятельности определяется в решающей мере логикой борьбы за первенство, победу или возможно высокое достижение. Основу соревновательного метода составляет рационально организованный процесс состязания, причем спортсмен может соревноваться не только с другими, но и с самим собой, стремясь превзойти свой спортивный результат или показатели в подготовительных упражнениях.

2.2. Формы контроля/аттестации

На занятиях используются следующие формы контроля: практическая работа, наблюдение, соревнования.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2013.
2. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 2015.
3. Гончарова Е.И., Е.В.Савченко, О.Е. Жиренко. Школьный летний лагерь. Москва «ВАКО» 2004 г.
4. Горбачева О. А. МОО «Академия безопасности и выживания», 2017-130с
5. Кувватов С.А. Активный отдых детей на свежем воздухе. Ростов н/Д: Феникс. 2005. - 311с.
6. Луговская Ю.П. Детские праздники в школе, летнем лагере и дома. Мы бросаем скуке вызов. (Серия «Школа радости».) – Ростов н/Д:Феникс, 2002
7. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 2016.
8. Сабельникова, С. И. Организация внеурочной деятельности обучающихся / С.И. Сабельникова // Управление начальной школой.- 2011.- №3.-С.4-22
9. Соколова Н. В. Лето, каникулы – путь к успеху: сборник программ и игр для детей и подростков в условиях детского оздоровительного лагеря, - О.: «Детство», 2009 г.
10. Туристическая игротека. Игры, конкурсы, викторины. -М., 2001
11. Федорова Н.А. Физическая культура: подвижные игры: 1-4 классы. ФГОС / Н. А. Федорова. — М.: Издательство «Экзамен», 2016. — 46 с.

Приложение 1. Мониторинг отслеживания результатов деятельности детей.

Фамилия Имя	Быстрога	Выносливостъ	Координация	Работа с мячом	Двигательные умения и навыки	Внимание	Итого

Оценка:

3 балла – высокий уровень проявления навыка

2 балла – средний уровень проявления навыка

1 балл – низкий уровень проявления навыка

Итог:

6-8 баллов – низкий уровень освоения программы

9-13 баллов – средний уровень освоения программы

14-16 баллов – высокий уровень освоения программы

