

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№ 35 комбинированного вида Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
Протокол № 2 от «22» сентября 2024

УТВЕРЖДЕНА

приказом № 35 - 1 от «22» сентября 2024 г.
Подписана электронной подписью
Заведующий И.В. Симанкова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Подвижные игры»

Возраст обучающихся: 5 - 7 лет
Срок освоения: 12 дней

Разработчик:
Д.Ш. Глеб,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры» - **физкультурно-спортивная**, т.к. направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, развитие морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Адресат программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» разработана для обучающихся в возрасте от 5 до 7 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям физической культуры.

Актуальность программы

Подвижные игры – это эффективное средство повышения двигательной активности дошкольников, так как игра – ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста, а подвижная игра требует от ребенка умственного и физического усилия, и вместе с тем доставляет ему радость, чувство удовлетворения и захватывает воображение. Кроме того подвижная игра - активизирует дыхание, кровообращение и обменные процессы, совершенствует движения, развивает их координацию, формирует быстроту, силу, выносливость, дает представления об окружающем мире, развивает память и чувство ритма, обогащает речь детей, учит действовать в коллективе, сопереживать, помогать друг другу. Подчиняться общим требованиям; формирует честность, справедливость, выдержку и дисциплинированность.

Овладение содержанием этой образовательной области включает приобретение опыта в двигательной деятельности детей:

- связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). Подвижные игры создают благоприятные условия для развёртывания активной двигательной деятельности.

Уровень освоения - общекультурный.

Объем и срок освоения программы - 12 часов, 12 дней.

Цель программы: создание у детей устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья с помощью развивающих подвижных игр.

Задачи:

Обучающие (предметные):

- познакомить с народными и спортивными играми, их правилами и техникой;
- обучить простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;
- способствовать формированию навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время.

Развивающие (метапредметные):

- развивать основные физические качества (выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движений);
- укреплять здоровье, повышать уровень физической подготовки.

Воспитательные (личностные):

- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникабельность, самостоятельность и доброжелательность.

Планируемые результаты обучения

Предметные:

Обучающиеся

- овладеют техническими и тактическими приёмами народных и спортивных игр;
- овладеют простейшими организационными навыками, необходимыми понятиями и теоретическими сведениями по физической культуре и спорту;
- сформируют навык самостоятельных занятий физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время.

Личностные:

Обучающиеся

- воспитают взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникабельность, самостоятельность и доброжелательность.

Метапредметные:

Обучающиеся

- укрепят физическое здоровье, повысят уровень физической подготовки;
- научатся выносливости, силе, быстрой, гибкости, координации движений.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы - русский.

Форма обучения – очная.

Условия набора и формирования групп:

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры» реализуется по персонифицированному финансовому сертификату дополнительного образования.

Набор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры» производится на основании запроса родителей (законных представителей) обучающихся 5-7 лет.

В группы принимаются обучающиеся посещающие старшие и подготовительные к школе группы 5-7 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям физической культуры. Количество обучающихся не менее 15.

Наполняемость учебных групп и максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует нормам санитарных правил СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28.

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия по Программе строятся по следующей структуре:

Вводная часть

- Ходьба, бег в медленном темпе, общеразвивающие упражнения.

Основная часть

Основное время отводится на игры. Проводится несколько организованных игр или игровых заданий на воспитание того или иного физического качества и совершенствование двигательного навыка. При проведении игр и эстафет в течение занятия должна соблюдаться определенная последовательность. Вначале проводятся игры,

направленные на закрепление и совершенствование двигательных навыков, когда обучающиеся могут лучше выполнять и анализировать сложные двигательные действия. Затем следуют игры, направленные на воспитание физических качеств.

Заключительная часть

- Дыхательные упражнения, игры малой подвижности, игры на внимание с целью снижения физической нагрузки

Формы организации и проведения занятий:

Основной формой организации деятельности является – занятие-игра. При благоприятных погодных условиях занятия проводятся на спортивной площадке на улице.

Все проводимые занятия включают в себя теоретическую и практическую часть.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: эстафеты, соревнования, конкурсы.

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал;
- спортивная площадка на улице;
- теннисные мячи по количеству обучающихся;
- набор конусов-меток количеству обучающихся;
- 5 гимнастических обручей и 5 гимнастических палок;
- 6 лёгких игровых мячей среднего размера;
- 10 скакалок;
- ленты 2-х цветов отрезки по 50 см., по количеству обучающихся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение. Техника безопасности. Общие подвижные символические игры.	1	0,5	0,5	Входящий (наблюдение)
2	Русские народные игры	1	0,5	0,5	Текущий: наблюдение
3	Игры со скакалками и лентами.	2	1	1	Текущий: наблюдение
4	Игры с бегом и прыжками Хороводные игры.	2	1	1	Текущий: наблюдение
5	Игры с метанием и передачей мяча.	2	1	1	Текущий: наблюдение

	Общеразвивающие игры.				
6	Игры-эстафеты	2	1	1	Текущий: наблюдение
7	Игры малой подвижности.	1	0,5	0,5	Текущий: наблюдение
8	Квест-игра	1	0,5	0,5	Итоговый: наблюдение
	ВСЕГО	12	6	6	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Цель программы: создание у детей устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья с помощью развивающих подвижных игр.

Задачами дополнительной общеразвивающей программы являются:

Обучающие:

- формировать у дошкольника осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- обучать основным приёмам техники и простейших тактических действий в подвижных (спортивных) играх, эстафетах;

Развивающие:

- развивать основные физические способности (качества) и повышение функциональных возможностей организма;
- развивать интерес к подвижным (спортивным) играм;
- развивать взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных (спортивных) игр и соревнований.

Воспитательные:

- формировать навыки общественного поведения, заинтересованность в совместных действиях;
- укреплять волевые качества, смелость, решительность, инициативу, выдержку, осторожность, терпение.

Содержание программы

Тема	Содержание занятия
1. Введение. Техника безопасности. Общие подвижные символические игры.	Теория: Организационная работа. Сбор участников коллектива. Знакомство с ТБ на занятиях. Практика: Общие подвижные символические игры «Вышибалы», «Борящаяся цепь». Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
2. Русские народные игры	Теория: Правила игры. Практика: Игры «Гуси-лебеди», «Баба Яга», «Жмурки», «Гори,

	гори ясно”. Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
3. Игры со скакалками и лентами.	Теория: Правила игры. Практика: Игры со скакалками и лентами «Удочка», «Зубатка и мальки», «Принцессы и драконы», «Ленточку неси». Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
4. Игры с бегом и прыжками. Хороводные игры.	Теория: Правила игры. Знакомство с русскими народными играми. Практика: Игры с бегом и прыжками «Снегири и синицы», «Важенка и оленята», «Салка». Хороводные игры «Заинька», «Ручеек» и игры-шутки «Прищепки». Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
5. Игры с метанием и передачей мяча. Общеразвивающие игры.	Теория: Правила игры. Практика: Игры с метанием и передачей мяча «Охотники и утки», «Сильный бросок». Общеразвивающие игры «Рыбаки», «Гномы и сапфиры». Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
6. Игры-эстафеты	Теория: Правила эстафет. Практика: Игры-эстафеты. Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
7. Игры малой подвижности	Теория: Правила игры. Практика: Игры “Найди и промолчи”, “Угадай по голосу”, “Сделай фигуру”, “Кто ушёл”. Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.
8. Итоговая квест-игра	Теория: Правила квеста. Практика: Квест-игра. Контроль: Педагогическое наблюдение, контроль качества выполнения заданий.

Планируемые результаты обучения

Предметные:

- сформируют осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- научатся основным приёмам техники и простейших тактических действий в подвижных (спортивных) играх, эстафетах;

Метапредметные:

- освоят основные физические способности (качества) и повысят функциональные возможности организма;
- разовьют интерес к подвижным (спортивным) играм;
- научатся взаимодействию со сверстниками по правилам проведения подвижных (спортивных) игр и соревнований.

Личностные:

- воспитают моральные и волевые качества.

- сформируют навыки общественного поведения, заинтересованность в совместных действиях;

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Раздел/№ занятия	Тема занятия, краткое содержание	Количество часов		Дата планируемая	Дата фактическая
		Очно			
		план	факт		
1	Теория: Знакомство, техника безопасности на занятиях, план работы на занятиях. Беседы на темы «Значимость зарядки для бодрого дня», «Чистота залог здоровья», «Здоровым быть - здорово». Практика: Разучивание общеразвивающих упражнений. Разучивание прыжковых упражнений.	1			
2	Теория: правила игры “Гуси-лебеди”, “Баба Яга”, “Жмурки”, “Гори, гори ясно”. Практика: Разделение игроков на команды, правильное перемещение по площадке.	1			
3	Теория: Правила игры «Удочка», «Зубатка и мальки», «Принцессы и драконы», «Ленточку неси». Практика: Разбивка на команды, игра в течение установленного времени, подсчет очков, определение победителя.	2			
4	Теория: Правила игры «Снегири и синицы», «Важенка и оленята», «Салка». Хороводные игры «Заинька», «Ручеек» и игры-шутки «Прищепки». Практика: Разбивка на команды, игра в течение установленного времени, подсчет очков, определение победителя.	2			
5	Теория: Правила игры «Охотники и утки»,	2			

	«Сильный бросок», «Рыбаки», «Гномы и сапфиры». Практика: Разбивка на команды, выбор ведущих, обучение техники передвижения с мячом.				
6	Теория: Правила игр-эстафет. Практика: Разделение игроков на команды, правильное перемещение по площадке.	2			
7	Теория: Правила игры “Найди и промолчи”, “Угадай по голосу”, “Сделай фигуру”, “Кто ушёл” . Практика: Разделение игроков на команды, правильное перемещение по площадке.	1			
8	Теория: Правила и особенности квеста. Практика: Разбивка на команды, игра в течение установленного времени.	1			

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Теоретический материал программы дается в форме групповых бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности.

Практические упражнения периодически изменяются, широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Практико-ориентированный метод обучения, используемый на занятиях, подразумевает, что любое задание выполняется обучающимся в игровой форме с одним партнером или с группой. С помощью рефлексивного метода обсуждаются итоги занятия и проходит их анализ.

Информационные источники, используемые при реализации программы

Для педагога:

1. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2013.
2. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 2000.
3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 2015.
4. Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: Практ. пос. - Минск, 1994.
5. Жуков М.Н. Подвижные игры: учеб. - М., 2000.
6. Игры на свежем воздухе / Сост. В. Дмитриев. - М., 1998.

7. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2012.

8. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 2016.

Для обучающихся:

1. Башкиров В. Профилактика травм у спортсменов / В.Башкиров. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 176 с., ил.

2. Куколевский Г. Гигиена физкультурника / Г. Куколевский. – М.: «Медицина», 1971. – 80с., ил.

3. Левченко А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А. Левченко, В. Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.

4. Логинов М. Развивающие игры: быстрее, выше, сильнее / М.Логинов. – СПб.: Дельта, 1998. – 208 с., ил.

5. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений / Е.Талага, пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 412 с., ил.

Интернет-ресурсы

– https://studwood.net/1731239/pedagogika/spisok_literatury

– <http://www.fisio.ru/fisioinschool.html> Сайт, посвященный Здоровому образу жизни, оздоровительной, адаптивной физкультуре.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Система контроля результативности обучения			
Периодичность контроля			Формы и средства контроля
Выявление результатов обучения	Входящая диагностика	1 занятие	Анкетирование, беседа.
	Промежуточная диагностика	11 занятие	Педагогическое наблюдение, беседа, самоанализ.
	Итоговая диагностика	12 занятие	Педагогическое наблюдение, анкетирование по правилам игр, выполнение заданий, самоанализ.
Предъявление результатов обучения	Уровень мероприятия	Возрастная группа	Форма предъявления результатов обучения
В конце обучения	Групповой	5-7 лет	Квест-игра

Оценка результативности освоения образовательной программы

[illegible]

Критерии оценки результативности освоения образовательной программы

Опыт освоения теории и практической деятельности - вписываются задачи ОП и каждая оценивается от 0 до 1 (можно дробно: 0,3)

Опыт творческой деятельности - оценивается по пятибалльной системе (от 0 до 5 баллов)

Пограничные состояния :

- Освоены элементы репродуктивной, имитационной деятельности;
- Приобретён опыт самостоятельной творческой деятельности (индивидуальность, качественная завершённость результата)

Опыт эмоционально - ценностных отношений - оценивается по пятибалльной системе (от 0 до 5 баллов)

Пограничные состояния :

- Отсутствует позитивный опыт эмоционально - ценностных отношений (проявление элементов агрессии, защитных реакций, негативное, неадекватное поведение);
- Приобретён полноценный, разнообразный, адекватный содержанию программы опыт эмоционально - ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств обучающегося.

Опыт социально - значимой деятельности - оценивается по пятибалльной системе (от 0 до 5 баллов)

Пограничные состояния :

- Мотивация и осознание перспективы **отсутствуют** ;
- У ребёнка **активизированы** познавательные интересы и потребности, **сформировано** стремление ребёнка к дальнейшему совершенствованию в данной области.

Общая оценка уровня результативности :

21- 25 баллов - программа в целом освоена на высоком уровне;

16- 20 баллов - программа в целом освоена на хорошем уровне;

11- 15 баллов - программа в целом освоена на среднем уровне;

5- 10 баллов - программа в целом освоена на низком уровне .