

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
АТЯШЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ МОРДОВИИ  
«КОЗЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»

Программа рассмотрена  
на заседании методического  
совета  
Протокол № 1 от 30.08.2024г.

Утверждаю  
Приказ № 110 от 30.08.2024г.  
Директор МАОУ «Козловская  
средняя школа»  
С.М.Ивдовиков



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
спортивно-оздоровительной направленности  
«Спортивные игры»**

(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Нормативный срок освоения программы: 1 год

Автор-разработчик:  
педагог дополнительного образования  
Налайкша Вера Петровна

с. Козловка, 2024г.

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» (спортивно-оздоровительное направление) разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, в соответствии с Положением о рабочей программе учителя, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт.

### **Цели и задачи реализации программы:**

#### **Цель:**

– содействие всестороннему и гармоничному развитию личности: крепкое здоровье, соответствующий уровень развития двигательных способностей и физического развития, необходимые знания и навыки в области физической культуры, мотивы и умения осуществлять физкультурно – оздоровительную и спортивную деятельность.

-формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

#### **Задачи:**

- способствовать возрождению традиций русской народной культуры через осознание роли народных игр в жизни людей;

-содействовать укреплению здоровья, разносторонней физической подготовленности, закаливанию растущего организма и профилактике заболеваний;

-прививать интерес и потребность к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом.

Возрастная группа обучающихся, на которых ориентированы занятия – 7 - 10 лет.

Объём часов, отпущенных на занятия – 34 часа

## **2. Планируемые результаты**

### **Метапредметные:**

- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями, о факторах, влияющих на состояние здоровья;

- начнут осознанно использовать знания, при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр;

- приобретут основы знаний по культурно-историческому наследию русского народа. • передавать знания о здоровье другим детям в виде совета или практической помощи;

- сплачивать коллектив младших школьников;
- согласовывать свои действия с другими детьми;
- создавать благоприятный психологический климат.

регулятивными универсальными учебными действиями:

- применять установленные правила в играх;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- вносить необходимые дополнения и изменения при проведении

русских народных игр

**Личностные:**

- использовать практические знания для сохранения и укрепления физического эмоционального и духовного здоровья;
- самостоятельно организовывать и проводить русские народные игры и развлечения вне школы.

**Предметные:**

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- изложение фактов истории физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

**Обучающийся научится:**

- - технически правильно осуществлять двигательные действия;
- - использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- сформировать интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и дальнейшему совершенствованию.

**3. Содержание курса с указанием форм организации и видов деятельности**

	Содержание курса	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Формы организации и виды деятельности
<b>Из истории игры (4 часа)</b>			
1	Как выбирают	Повторить строевые упражнения,	Беседа, игра

	водящего.	перестроение. Беседа по теме занятия. Подвижные игры по выбору.	
2	Сговорки.	Повторить комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
3	Считалки старинные.	Изучить комплекс утренней гигиенической гимнастики. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
4	Считалки современные.	Повторить понятие «шеренга» и «колонна». Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Игра
<b>Подвижные игры (12часов)</b>			
5	Салка.	Разучить разминку направленную на развитие гибкости. Подвижная игра «Салка».	Игра
6	Филин и пташки.	Изучить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Филин и пташки».	Игра
7	Платок.	Изучить разминку с малыми мячами. Подвижная игра «Платок».	Игра
8	Гуси-лебеди.	Повторить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Игра
9	Гонка мячей.	Изучить беговую разминку. Подвижная игра «Гонка мячей».	Игра
10	Охотник.	Повторить беговую разминку. Подвижная игра «Охотник».	Игра
11	Мяч в лунке.	Изучить разминку на матах. Подвижная игра «Мяч в лунке».	Игра
12	Перебежки.	Изучить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Перебежки».	Игра
13	Переселение лягушек.	Повторить разминку на матах. Подвижная игра «Переселение лягушек».	Игра

1.4	Мешочек.	Повторить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Мешочек».	Игра
15	Петушиный бой.	Изучить разминку с обручами. Прохождение полосы препятствий. Подвижная игра «петушиный бой».	Игра
16	Салка на одной ноге.	Повторить разминку с обручами. Кроссовый бег. Подвижная игра «Салка на одной ноге».	Игра
<b>Спортивные игры (3часа)</b>			
17	Городки.	Изучить разминку с мячами. Изучить правила игры «Городки». Спортивная игра «Городки».	Игра
18	Бадминтон.	Повторить разминку на развитие координации. Изучить правила игры «Бадминтон».	Игра
19	Футбол.	Повторить разминку с мячами. Изучить правила игры «Футбол». Спортивная игра «Футбол».	Игра
<b>Игры-соревнования (эстафеты) (8часов)</b>			
20	«Пройди и не урони». «Не сходи со шнура». «Попади мячом в цель». «Кто ловкий?»	Изучить разминку на развитие координации. Игры-соревнования «Пройди и не урони». «Не сходи со шнура». «Попади мячом в цель». «Кто ловкий?»	Игра - соревнование
21	«Канатоходец». «Кто дальше прыгнет?» «Чья команда сильнее?» «Кто быстрее?»	Изучить разминку со стихотворным сопровождением. Игры-соревнования «Канатоходец». «Кто дальше прыгнет?» «Чья команда сильнее?» «Кто быстрее?»	Игра - соревнование
22	«Кто первый?» «Кто ловкий?» «С горки».	Изучить разминку с гимнастическими палками. Игры-соревнования «Кто первый?» «Кто ловкий?», «С горки».	Игра - соревнование
23	«Пройди и в речку не упади». «Перепрыгни ручеек».	Повторить разминку с гимнастическими палками. Игры соревнования «Пройди и в речку не упади». «Перепрыгни ручеек».	Игра - соревнование

	«Трудные препятствия» (пробежать «змейкой») между палок.	«Трудные препятствия» (пробежать «змейкой») между палок.	
24	«Бросаю-ловлю». «Подними – не урони». «Сбей кеглю».	Изучить разминку на гимнастической скамейке. Прыжки в скакалку. Игры-соревнования «Бросаю-ловлю». «Подними – не урони». «Сбей кеглю».	Игра - соревнование
25	«Поражение мишеней». «Кольцеброс». «Кто быстрее?» «Чья команда сильнее?»	Повторить разминку на гимнастической скамейке. Игры-соревнования «Поражение мишеней». «Кольцеброс». «Кто быстрее?» «Чья команда сильнее?»	Игра - соревнование
26	«Не намочи ног». «Накинь кольцо». «Кенгуру».	Изучить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Не намочи ног». «Накинь кольцо». «Кенгуру».	Игра - соревнование
27	«Мяч в кругу». «Пронеси мяч». «Мяч о стенку». «Попади мячом в кольцо» (с расстояния 2-3м).	Повторить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Мяч в кругу». «Пронеси мяч». «Мяч о стенку». «Попади мячом в кольцо» (с расстояния 2-3м).	Игра - соревнование
<b>Игры малой подвижности(7часов)</b>			
28	Молчанка.	Изучить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Молчанка»	Игра
29	Камешек.	Повторить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Камешек»	Игра
30	Дятел.	Изучить разминку в парах. Игра малой подвижности «Дятел»	Игра
31	Солнце и месяц.	Повторить разминку в парах. Игра малой подвижности «солнце и месяц»	Игра
32	Краски.	Повторить беговую разминку. Игра малой подвижности «Краски»	Игра
33	Фанты.	Повторить разминку на	Игра

		развитие гибкости. Игра малой подвижности «Фанты»	
34	Телефон.	Повторить разминку с мячами. Игра малой подвижности «Телефон».	Игра

#### 4. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
	Из истории игры	<b>4</b>
1.	Как выбирают водящего	1
2.	Сговорки	1
3.	Считалки старинные	1
4.	Считалки современные	1
	Подвижные игры	<b>12</b>
5.	Игры с бегом	4
6.	Игры с мячом	4
7.	Игры с прыжками	4
8.	Спортивные игры	<b>3</b>
9.	Игры-соревнования (эстафеты)	<b>8</b>
10.	Игры малой подвижности	<b>7</b>

## 5. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количес тво часов	Дата	
			Плани руемая	Факти ческая
1.	Из истории игры. Как выбирают водящего.	1		
2.	Игры с бегом. «Салка».	1		
3.	Игры с мячом. «Гонка мячей».	1		
4.	Игры с прыжками. «Переселение лягушек».	1		
5.	Спортивные игры. «Городки».	1		
6.	Игры-соревнования (эстафеты). «Пройди и не урони». «Не сходи со шнура». «Попади мячом в цель». «Кто ловкий?»	1		
7.	Игры малой подвижности. «Молчанка».	1		
8.	Из истории игры. «Сговорки».	1		
9.	Игры с бегом. «Филин и пташки».	1		
10.	Игры с мячом. «Охотник».	1		
11.	Игры с прыжками. «Мешочек».	1		
12.	Игры-соревнования (эстафеты). «Канатоходец». «Кто дольше прыгнет?» «Чья команда сильнее?» «Кто быстрее?»	1		
13.	Игры малой подвижности. «Камешек».	1		
14.	Из истории игры. Считалки старинные.	1		
15.	Игры с бегом. «Платок».	1		
16.	Игры с мячом. «Мяч в лунке».	1		
17.	Игры с прыжками. «Петушиный бой».	1		
18.	Игры-соревнования (эстафеты). «Кто первый?» «Кто ловкий?» «С горки».	1		



19.	Игры малой подвижности. «Дятел».	1		
20.	Из истории игры. Считалки современные.	1		
21.	Игры с бегом. «Гуси-лебеди».	1		
22.	Игры с мячом. «Перебежки».	1		
23.	Игры с прыжками. «Салка на одной ноге».	1		
24.	Игры-соревнования (эстафеты). «Пройди и в речку не упади». «Перепрыгни ручеек». «Трудные препятствия» (пробежать «змейкой») между палок.	1		
25.	Игры малой подвижности. «Солнце и месяц».	1		
26.	Игры–соревнования (эстафеты). «Бросаю-ловлю». «Подними – не урони». «Сбей кеглю».	1		
27.	Игры малой подвижности. «Краски».	1		
28.	Игры-соревнования (эстафеты). «Поражение мишеней». «Кольцеброс». «Кто быстрее?», «Чья команда сильнее?»	1		
29.	Игры малой подвижности. «Фанты».	1		
30.	Игры-соревнования (эстафеты). «Не намочи ног». «Накинь кольцо». «Кенгуру».	1		
31.	Игры малой подвижности. «Телефон».	1		
32.	Игры соревнования (эстафеты). «Мяч в кругу». «Пронеси мяч». «Мяч о стенку». «Попади мячом в кольцо» (с расстояния 2-3м).	1		
33.	Спортивные игры. «Бадминтон».	1		
34.	Спортивные игры. «Футбол».	1		