

1. Пояснительная записка

Направленность	Физкультурно-спортивная
Актуальность (или новизна или отличительные особенности)	<p>Рабочая программа ДОП Спортивные подвижные игры разработана на основе:</p> <ul style="list-style-type: none">- Программа Физическая культура, 1-4 классы, авторы Петрова Т.А., Копылов Ю.В., Петров С.С. Начальная школа XXI века М.: Издательский центр Вентана-Граф, 2011 г.- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;- Примерной программы по физической культуре в рамках проекта Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения, реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию. Руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. М.: Просвещение, 2010. <p>На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при совместных усилиях школы и семьи.</p> <p>Поскольку у педагогов и психологов в последние годы вызывают опасения материалы, свидетельствующие о неблагополучии физического и психического здоровья школьников, основная задача обучения детей состоит в физическом и интеллектуальном развитии учащихся при таких условиях, когда обучение должно стать естественной формой выражения детской жизни.</p> <p>Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры.</p> <p>По запросу участников образовательных отношений открыт ДОП «Спортивные подвижные игры».</p>

Цель	<p>Программа кружка направлена на достижение следующих целей:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (волейбол, баскетбол, лапта), формирование двигательной активности -содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями..
Задачи	<p>Для достижения комплекса поставленных целей необходимо решить следующие задачи:</p> <p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа; -обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности; -привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; -гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса; -повышение физической и умственной работоспособности школьника; <p>Воспитывающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> -формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за своё здоровье; -привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности. -воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности
Срок реализации	1 год
Возраст на который направлена программа (ступени, уровни)	10-11 лет
Основные формы, методы и приемы проведения занятий (согласно ступеням и уровням)	<p>Формы проведения занятий: коллективная и групповая. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть занятий максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. На</p>

	<p>теоретических занятиях обучающимся сообщаются основные сведения о названиях, правилах проведения, организации, и технике безопасности на занятиях подвижными играми, понятие о правильной осанке, рациональном дыхании, режиме дня и личной гигиене. На практических занятиях обучающиеся овладевают двигательными умениями и навыками, тактикой подвижных игр и эстафет различной направленности. Содержание программы кружка, объединенного в блоки, предусматривает не только усвоение теоретических знаний, но формирование практического опыта. Практические задания стимулируют активность, творчество, саморазвитие, самосовершенствование обучающихся.</p>
<p>Режим проведения занятий</p>	<p>Суббота Воскресенье</p>
<p>Ожидаемые результаты и способы их проверки</p>	<p>Обучающийся научится: В процессе реализации программы обучающиеся смогут активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации сами регулировать степень мышечного напряжения и внимания, приспособиться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели. Обучающиеся научатся составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки; организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры; уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий; выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость). Научатся проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию; владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём; применять игровые навыки в жизненных ситуациях. Обучающиеся узнают историю возникновения русских народных игр; правила проведения игр, эстафет и праздников; основные факторы, влияющие на здоровье человека. Узнают об основах правильного питания, об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур; о профилактике нарушения осанки; о причинах травматизма и правилах его предупреждения.</p>

Формы подведения итогов реализации ДОП	Промежуточная аттестация – соревнования
---	--

2. Учебный план рабочей программы дополнительного образования.

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Игры на знакомство	2	16	18	
2.	Народные игры	3	17	20	
3.	Игры на развитие психических процессов	2	18	20	
4.	Подвижные игры	2	18	20	
5.	Спортивные игры	3	17	20	
	Промежуточная аттестация				Соревнования
	Итого	12	96	108	

3. Содержание учебного плана рабочей программы дополнительного образования.

Подвижные и спортивные игры естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

1. Игры малой подвижности: развитие скорости и точности двигательных реакций, ритмического чувства; развитие равновесия и точности движений, ощущения пространства при отсутствии зрительного контроля.

2. Игры средней подвижности: развитие внимания, произвольности и координации движений, быстроты реакции и точности движений, творческих способностей; умение ориентироваться на местности; тренировка вестибулярного аппарата; обогащение словарного запаса.

3. Игры большей подвижности: развитие ловкости, быстроты, сообразительности, внимания, памяти, слуха, координации и произвольности движений; развитие быстрой

реакции на сигнал, инициативы, творческого подхода к участию в игре, чувства ритма; совершенствование умения ориентироваться; развитие умения действовать в коллективе; тренировка навыков в ходьбе, беге, подлезании под какой-либо предмет, прыжках; воспитание честности, творческого воображения, выносливости, дисциплинированности; тренировка быстроты освоения новых правил игры.

4. Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения: профилактика и коррекция дефектов осанки, нарушений зрения, плоскостопия; формирование двигательного анализатора и стимулирование развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости, равновесия и координации движения), обеспечивая их физическую и умственную работоспособность.

5. Промежуточная аттестация – соревнования

4.Методическое обеспечение рабочей программы дополнительного образования.

Для проведения занятий в кружке необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная - 2 штуки.
2. Стойки волейбольные - 2 штуки.
3. Гимнастическая стенка - 6 – 8 пролётов.
4. Гимнастические скамейки - 3 - 4 штуки
5. Гимнастические маты - 3 штуки.
6. Скакалки - 30 штук.
7. Мячи набивные - 25 штук.
8. Резиновые амортизаторы - 25 штук

5.Календарный учебный график.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1.	сентябрь	8	12.30-14.00	игра	1,5	Игры на знакомство :ОРУ. Игра «Рукопожатие.» Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал

2	сентябрь	9	12.30-14.00	соревнование	1,5	Игры на знакомство :ОРУ. Игра «Игра Клубок ниток.» Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
3.	сентябрь	15	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
4.	сентябрь	16	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
5	сентябрь	22	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
6	сентябрь	23	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
7	сентябрь	29	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Горелки. Вышибала. Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
8	сентябрь	30	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
9	октябрь	6	12.30-14.00	игра	1,5	Разучивание игр «Волк во рву», «Соревнования по подвижным играм.	Спортивный зал
10	октябрь	7	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал

11	октябрь	13	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
12	октябрь	14	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Вызов номеров, Салки в вариантах, Пустое место Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
13	октябрь	20	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Пятнашки, Охотники и утки Пустое место Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
14	октябрь	21	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
15	октябрь	27	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры Удочка, Быстрые шеренги Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
16	октябрь	28	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. «Мяч капитану», Подвижная цель, Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
17	ноябрь	3	12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. «Мяч капитану», Подвижная цель, Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
18	ноябрь	4	12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Борьба за знамя Спортивная игра : мини-	Спортивный зал

						футбол.	
19	ноябрь	10	12.30-14.00	игра	1,5	Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	Спортивный зал
20	ноябрь	11	12.30-14.00	соревнование	1,5	Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»	Спортивный зал
21	ноябрь	17	12.30-14.00	игра	1,5	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.	Спортивный зал
22	ноябрь	18	12.30-14.00	соревнование	1,5	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	Спортивный зал
23	ноябрь	24	12.30-14.00	игра	1,5	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	Спортивный зал
24	ноябрь	25	12.30-14.00	соревнование	1,5	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	Спортивный зал
25	декабрь	1	12.30-14.00	игра	1,5	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.	Спортивный зал
26	декабрь	2	12.30-14.00	соревнование	1,5	Игры на внимание Класс, смирно, За флажками Эстафета с мячами, скакалками	Спортивный зал

						Спортивная игра Пионербол	
27	декабрь	8	12.30-14.00	игра	1,5	Игра с прыжками Попрыгунчики- воробушки Спортивная игра Пионербол	Спорт ивный зал
28	декабрь	9	12.30-14.00	соревнование	1,5	Игры «Рыбы и рыбаки», Колдуны, «Коты и мыши», Вызов номеров Спортивная игра Пионербол	Спорт ивный зал
29	декабрь	15	12.30-14.00	игра	1,5	«Подвижная цель», «Передал – садись» Спортивная игра Пионербол	Спорт ивный зал
30	декабрь	16	12.30-14.00	соревнование	1,5	Эстафета с мячами, скакалками Спортивная игра Пионербол	Спорт ивный зал
31	декабрь	22	12.30-14.00	игра	1,5	Эстафета с мячами, скакалками Спортивная игра Пионербол	Спорт ивный зал
32		23	12.30-14.00	соревнование	1,5	Эстафета с мячами, скакалками Спортивная игра Пионербол	Спорт ивный зал
33			12.30-14.00	игра	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спорт ивный зал
34			12.30-14.00	соревнование	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спорт ивный зал
35			12.30-14.00	игра	1,5	Настольный теннис. Игровые	Спорт ивный

						правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	зал
36			12.30-14.00	соревнование	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
37			12.30-14.00	игра	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
37			12.30-14.00	соревнование	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
39			12.30-14.00	игра	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
40			12.30-14.00	соревнование	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
41			12.30-14.00	игра	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
42			12.30-14.00	соревнование	1,5	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Спортивная игра Баскетбол	Спортивный зал
43			12.30-14.00	игра	1,5	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с	Спортивный зал

						передачей палочки. Спортивная игра Баскетбол	
44			12.30-14.00	соревнование	1,5	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Спортивная игра Баскетбол	Спортивный зал
45			12.30-14.00	игра	1,5	« Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Спортивная игра Баскетбол	Спортивный зал
46			12.30-14.00	соревнование	1,5	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Спортивная игра Баскетбол	Спортивный зал
47			12.30-14.00	игра	1,5	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Спортивная игра Баскетбол	Спортивный зал
48			12.30-14.00	соревнование	1,5	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета. Спортивная игра Баскетбол	Спортивный зал
49			12.30-14.00	игра	1,5	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Спортивная игра	Спортивный зал

						Баскетбол	
50			12.30-14.00		1,5	Весёлые старты.	Спортивный зал
51			12.30-14.00	игра	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
52			12.30-14.00	соревнование	1,5	Настольный теннис. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Спортивный зал
53			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
54			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
55			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
56			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
57			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
58			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
59			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Горелки. Вышибала. Спортивная игра :	Спортивный зал

						мини-футбол	
60			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
61			12.30-14.00	игра	1,5	Разучивание игр «Волк во рву», «Соревнования по подвижным играм.	Спортивный зал
62			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
63			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
64			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Вызов номеров, Салки в вариантах, Пустое место Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
65			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. Пятнашки, Охотники и утки Пустое место Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
66			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
67			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры Удочка, Быстрые шеренги Спортивная игра :	Спортивный зал

						мини-футбол.	
68			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. «Мяч капитану», Подвижная цель, Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
69			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. «Мяч капитану», Подвижная цель, Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
70			12.30-14.00	соревнование	1,5	Русские народные игры. Борьба за знамя Спортивная игра : мини-футбол.	Спортивный зал
71			12.30-14.00	игра	1,5	Русские народные игры. «Мяч капитану», Подвижная цель, Спортивная игра : мини-футбол	Спортивный зал
72			12.30-14.00		1,5	Промежуточная аттестация – соревнования	Спортивный зал

5.Список литературы.

- 1.В.К.Шурухина.Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
2. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г

6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г