**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей» Комсомольского муниципального округа Чувашской Республики**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Подвижные игры»**

**Направленность физкультурно-спортивная**

**Уровень базовый**

Рассчитана на детей от 7 до 12 лет

Срок реализации: 1 год (192 часа)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» физкультурно-спортивной направленности разработана на основе следующих нормативно – правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г "Об образовании в Российской Федерации " № 273 - ФЗ;

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726 –р;

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41 «Об утверждении СанПин 2.4.43172 – 14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образова-ния детей»;

5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г Министерства образования и науки РФ

**Новизна программы**заключается в использовании игровых технологий, что является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебно-воспитательного процесса.

**Актуальность программы** обусловлена интересом детей к игровой деятельности. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодёжью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личностно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

**Педагогическая целесообразность программы**заключается в том, что у детей при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

**Отличительная особенность программы** в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

Программа разработана для детей младшего школьного возраста, 7-12 лет (мальчиков и девочек). Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие. Учебные группы формируются не более 15 человек.

**Уровень, объём и срок реализации программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня рассчитана на 1 год обучения – 192 часа. **Форма обучения –**очная. **Режим занятий** Занятия проводятся: 3 раза в неделю по 2 часа, продолжительность занятия 45 минут с перерывом на 10 минут;  **Принципы комплектования группы**: Прием детей в объединение «Подвижные игры »» проводится в начале учебного года по их желанию и согласию родителей и законных представителей. Занятия по данной программе проводятся в группе, наполняемостью не более 15 человек **Объём освоения программы:** 192 часа в год, 6 часов в неделю. **Срок освоения программы:**с 01.10.2024г. по 31.05.2025 г

**Особенности организации образовательного процесса -**в соответствии с учебно-тематическим планам, формируются группы учащихся разного возраста, состав группы - постоянный; **Виды занятий** по программе определяются ее содержанием: групповые, коллективные, фронтальные и могут предусматривать беседы,практические занятия (строевая и физическая подготовка, подвижные игры).

**Цель программы** : укрепление здоровья, физическое и личностное развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

**Задачи программы:**

**Обучающие** - осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности; **Развивающие** - развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки; - формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности; **Воспитательные** - воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;

**Планируемые результаты.**

Предметные: - иметь представление о здоровом образе жизни; - знать правила поведения в процессе коллективных действий; - знать историю возникновения и развития подвижных игр; - правила подвижных игр. - выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость); - проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию; - владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём; - об историческом наследии русского народа и русских народных игр; - о традициях русских народных праздников; - применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Личностные: - осуществлять индивидуальные и групповые действия в  подвижных  играх; - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; - о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

Метапредметные:

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;   
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;  
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;  
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий  подвижными   играми ;  
- подбирать и проводить спортивные и подвижные игры; - владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Название раздела | теория | практика | всего часов | форма контроля |
| 1 | Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре | 0,5 | 1,5 | 2 | Опрос |
| 2 | Общеразвивающие упражнения. | 1 | 41 | 42 | Обобщение знаний и умений, тестирование |
| 3 | Ходьба, бег, прыжки. | 1 | 19 | 20 | Обобщение знаний и умений, тестирование |
| 4. | Игры подвижные. | 1 | 15 | 16 | Показ, имитация, рассказ |
| 5. | Совершенствование развивающих подвижных игр. | 1 | 33 | 34 | Обобщение знаний и умений, тестирование |
| 6. | Игры, эстафеты. | 1 | 29 | 30 | Обобщение знаний и умений, тестирование |
| Итого | | 5,5 | 138,5 | 144 |  |

**Содержание программы**.

**1. Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре** **Теория:** знакомство с детьми, ознакомление с программой; инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий. **Практика:** проведение подвижных игр

**2. Общеразвивающие упражнения.** **Теория:** ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений. **Практика:**общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для развития дистанционной скорости. упражнения для развития ловкости, гибкости, быстроты, внимания. Упражнения из других видов спорта. Комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов и с предметами. Упражнения с разными видами дыхания. Игры на внимание – «Выбери друга», рекреационные игры.

**3. Ходьба, бег, прыжки.** **Теория:** виды ходьбы. **Практика:** ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения. Бег прямолинейный, равномерный, с ускорением, с изменением направления и темпа движения, с преодолением препятствий. Бег на короткие дистанции до 30 метров и на длинные в медленном темпе. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу, с места, с разбега, в длину, в высоту, с высоты. Подвижные игры

**4. Игры подвижные.** **Теория:** виды игр. **Практика:** групповые игры без разделения на команды. Командные игры. Игры-эстафеты. Соревнования – поединки. Большая игра с малым мячом. Прыгалки – скакалки. Спортивные развлечения и забавы на площадке. Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги, в круг, в колонну, фигурная маршировка.

**5. Совершенствование развивающих подвижных игр.** **Теория:** знакомство с правилами игр на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов. **Практика:** игры на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов.

**6. Игры, эстафеты.** **Теория:** знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр. **Практика:** Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.

**Игры на реакцию. Игры - перетягивания.** Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. **Догонялки.** Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты. **Поисковые игры**. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов. **Спортивные игры**. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, волейбола и т.д. **Игры с мячом**. Эстафета «Озорные мячики» **Игровая программа** «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник. **Прыгательные игры**. Игры со скакалкой, резинкой и т.д. **Игры на меткость**. Стрельба по мишеням. «Снежки» **Русские народные игры.**

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятия** | **Форма занятия** | **Кол-во часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
|  | Сентябрь | 17 |  | Лекция, практическое занятие | 2 | Инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий. | С.Токаевская ООШ | Рассказ, опрос |
|  | Сентябрь | 21 |  | Практическое занятие | 2 | Ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений, без предметов | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Сентябрь | 24 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения для развития дистанционной скорости | С.Токаевская ООШ | Выполнение нормативов,  тестирование |
|  | Сентябрь | 28 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения для развития ловкости | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 01 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения для развития гибкости | С.Токаевская ООШ | Тестирование |
|  | Октябрь | 05 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения для развития быстроты | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 08 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения для развития внимания. | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 12 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения из других видов спорта. | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 15 |  | Практическое занятие | 2 | Комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 19 |  | Практическое занятие | 2 | Комплексы упражнений на формирование правильной осанки с предметами. | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 22 |  | Практическое занятие | 2 | Упражнения с разными видами дыхания. | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 26 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на внимание – «Выбери друга» | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Октябрь | 29 |  | Практическое занятие | 2 | Рекреационные игры | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Ноябрь | 02 |  | Практическое занятие | 2 | Подвижные игры с шарами  Изучение правил игры | С.Токаевская ООШ | Показ, рассказ |
|  | Ноябрь | 05 |  | Практическое занятие | 2 | Подвижные групповые игры для мальчиков и девочек | С.Токаевская ООШ | Показ, рассказ |
|  | Ноябрь | 09 |  | Практическое занятие | 2 | Подвижные игры с обручем и скакалкой  Изучение правил игры | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Ноябрь | 12 |  | Практическое занятие | 2 | Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Ноябрь | 16 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с играми разных народов.  Игры: «Найди платок» - Австрия, «Лиса и квочка» - Турция, «Аист и лягушка» - Япония, «Золотое зернятко» - Белоруссия, «Стрельба в мишень» - Тувинская.. | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Ноябрь | 19 |  | Практическое занятие | 2 | Игры малой интенсивности | С.Токаевская ООШ |  |
|  | Ноябрь | 23 |  | Практическое занятие | 2 | Силовые игры | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Ноябрь | 26 |  | Практическое занятие | 2 | Игры, способствующие развитию основных физических качеств. | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Ноябрь | 30 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с зимними играми.  Игра «Ловцы снега». | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Декабрь | 03 |  | Практическое занятие | 2 | Теория: виды ходьбы | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Декабрь | 07 |  | Практическое занятие | 2 | Ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения. | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Декабрь | 10 |  | Практическое занятие | 2 | Бег прямолинейный, Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Декабрь | 14 |  | Практическое занятие | 2 | Бег равномерный, с ускорением. Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Декабрь | 17 |  | Практическое занятие | 2 | Бег с изменением направления и темпа движения. Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Декабрь | 21 |  | Практическое занятие | 2 | Бег с преодолением препятствий. на короткие дистанции до 30 метров Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Декабрь | 24 |  | Практическое занятие | 2 | Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | Декабрь | 28 |  | Практическое занятие | 2 | Прыжки в длину. Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | Декабрь | 31 |  | Практическое занятие | 2 | Прыжки в высоту. Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Январь | 11 |  | Практическое занятие | 2 | Прыжки с высоты. Подвижные игры | С.Токаевская ООШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Январь | 14 |  | Практическое занятие | 2 | Игры подвижные.  Теория: виды игр.  Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги | С.Токаевская ООШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Январь | 18 |  | Практическое занятие | 2 | Разучивание специальных упражнений: построение в круг. Групповые игры без разделения на команды | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Январь | 21 |  | Практическое занятие | 2 | Разучивание специальных упражнений: фигурная маршировка Командные игры | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Январь | 25 |  | Практическое занятие | 2 | Игры-эстафеты | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | Январь | 28 |  | Практическое занятие | 2 | Соревнования – поединки | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | Февраль | 1 |  | Практическое занятие | 2 | Большая игра с малым мячом. | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Февраль | 4 |  | Практическое занятие | 2 | Прыгалки – скакалки | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Февраль | 8 |  | Практическое занятие | 2 | Спортивные развлечения и забавы на площадке | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Февраль | 11 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие координации движения | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Февраль | 15 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие скорости | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Февраль | 18 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие ловкости | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Февраль | 22 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие выносливости | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Февраль | 25 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие гибкости | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Март | 1 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие быстроты, внимания | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Март | 4 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами игр на развитие внимания | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Март | 8 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие координации движения | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Март | 11 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие скорости | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Март | 15 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие ловкости | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Март | 18 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие выносливости | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Март | 22 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие гибкости | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Март | 25 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие быстроты | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Март | 29 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие на формирование правильной осанки | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 1 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие быстроты внимания | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 5 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на расслабление мышц | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 8 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на развитие подвижности суставов. | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 12 |  | Практическое занятие | 2 | Знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр. | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Апрель | 15 |  | Практическое занятие | 2 | Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса. | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Апрель | 19 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на реакцию.  Догонялки. | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 22 |  | Практическое занятие | 2 | Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 26 |  | Практическое занятие | 2 | Игры эстафеты | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Апрель | 29 |  | Практическое занятие | 2 | Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 3 |  | Практическое занятие | 2 | Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов. | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 6 |  | Практическое занятие | 2 | Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 10 |  | Практическое занятие | 2 | Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: волейбола | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 13 |  | Практическое занятие | 2 | Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики» | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 17 |  | Практическое занятие | 2 | Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник | МКОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 20 |  | Практическое занятие | 2 | Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д. | МОУ Богдашкинская СШ | Показ, имитация, рассказ |
|  | Май | 24 |  | Практическое занятие | 2 | Старинные игры | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений |
|  | Май | 27 |  | Практическое занятие | 2 | Игры на меткость. Стрельба по мишеням | МОУ Богдашкинская СШ | Обобщение  знаний и  умений,  тестирование |
|  | Май | 31 |  | Практическое занятие | 2 | Русские народные игры | МОУ Богдашкинская СШ | открытое занятие |

**2.2.Условия реализации программы.**

**Материально – техническое обеспечение программы**

Учебные занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке. **Используемое оборудование:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, маты.

**Информационное обеспечение** методическое обеспечение: наличие программы, наглядных пособий, методических разработок, рекомендаций;– видео-, фото-, интернет источники;

**Кадровое обеспечение.**Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования.

**Дистанционные образовательные технологии**

Реализация программы возможна с применением дистанционных технологий в ходе педагогического процесса, при котором целенаправленное опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения на основе педагогически организованных информационных технологий. Основу образовательного процесса составляет целенаправленная и контролируемая интенсивная самостоятельная работа учащегося, который может учиться в удобном для себя месте, по расписанию, имея при себе комплект специальных средств обучения и согласованную возможность контакта с педагогом.

Основными задачами являются:

интенсификация самостоятельной работы учащихся;

предоставление возможности освоения образовательной программы в ситуации невозможности очного обучения (карантинные мероприятия);

повышение качества обучения за счет средств современных информационных и коммуникационных технологий, предоставления доступа к различным информационным ресурсам

**Платформы для проведения видеоконференций:**

Zoom

Discord

Canvas

**Средства для организации учебных коммуникаций**:

Коммуникационные сервисы социальной сети «ВКонтакте»

Мессенджеры (Skype, Viber, WhatsApp)

Облачные сервисы Яндекс, Mail, Google

**2.3.Формы аттестации**

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводятся стартовая и итоговая аттестация. Стартовая аттестация проходит на первом занятии в форме тестирования, итоговая – в конце учебного года в результате прохождения детьми основных тем учебного курса.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

Вводный (стартовый)- осуществляется посредством тестирования воспитанника и собеседования с ним;

текущий– задания, которые выполняются в процессе обучения;

итоговый - групповая и индивидуальная диагностика готовности ребёнка к школьному обучению, с помощью тестовых заданий.

Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:

весёлые старты;

спортивные эстафеты;

спортивные праздники;

«День здоровья».

**2.4. Оценочные материалы**

Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольное упражнение | Возраст | Мальчики | | | | Девочки | | |
| низкий | средний | высокий | низкий | | средний | высокий |
| Бег 30 м | 7  8  9  10 | 7,5  7,1  6,8  6,6 | 7,3  7,0  6,7  6,5 | 5,6  5,4  5,1  5,0 | 7,6  7,3  7,0  6,6 | | 7,5  7,2  6,9  6,5 | 5,8  5,6  5,3  5,2 |
| Челночный бег 3\*10м | 7  8  9  10 | 11,2  10,4  10,2  9,9 | 10,8  10,0  9,9  9,5 | 9,9  9,1  8,8  8,6 | 11,7  11,2  10,8  10,4 | | 11,3  10,8  10,3  10,0 | 10,2  9,7  9,3  9,1 |
| Прыжок в длину с места, см | 7  8  9  10 | 100  110  120  130 | 115  125  130  140 | 155  165  175  185 | 90  100  110  120 | | 110  125  135  140 | 150  155  160  170 |
| Наклон вперед из положения сидя | 7  8  9  10 | 1  1  1  2 | 4  4  4  5 | 9  7  7  8 | 2  2  2  3 | | 7  7  7  9 | 11  12  13  14 |
| Подтягивания на перекладине (мальчики – на высокой, девочки-на низкой) | 7  8  9  10 | 1  1  1  1 | 2  2  3  3 | 4  4  5  5 | 2  3  3  4 | | 5  6  7  8 | 12  14  16  18 |
| Бег 1000м/с | 7  8  9  10 | -  -  6,00  5,30 | -  -  5,30  5,00 | -  -  5,00  4,30 | -  -  7,00  6,30 | | -  -  6,30  5,40 | -  -  6,00 |

**Педагогический контроль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п\п | Тема | Вид контроля |
| 3 | Упражнения для развития дистанционной скорости | Стартовый (сентябрь):  - тестирование физических качеств;  - диагностика физического развития. |
| 29  30 | Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры  Прыжки в длину. Подвижные игры | Текущий (в течение года):  - контроль учета посещаемости занятий;  - проведение мониторинга заболеваемости обучающихся |
| 36  37 | Игры-эстафеты  Соревнования – поединки | Промежуточный:  - тестирование физических качеств;  - диагностика физического развития |
| 71  72 | Игры на меткость. Стрельба по мишеням  Русские народные игры | Итоговый (май):  - диагностика физической подготовленности;  - диагностика физического развития;  - открытое занятие. |

**Методические материалы**

Методы и формы обучения по данной программе определяются требованиями с учетом индивидуальных способностей, развитием и саморазвитием личности.

Формы обучения: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, экскурсии, народные приметы.

**Приёмы и методы**

При реализации программы используются различные методы обучения:

словесные: рассказ, объяснение нового материала;

наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;

практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и учащимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

**Список литературы для педагога:**

1.Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2003.

2.Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 2008.

3.Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту, 2005.

4.Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 2001.

5.Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2006.

**Список литературы для учащихся:**

1.Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений; Владос - Москва, 2017.

2.Степаненкова Э. Я., Сборник подвижных игр. - СПб.: Речь, 2016.

3.Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.

4.Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 2008.

5.Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 2007.