

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 105  
компенсирующего вида Невского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада №105  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 31.08.2023

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказ № 11-ДОП от 31.08.2023  
заведующий ГБДОУ детского сада №105  
компенсирующего вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Е.Ю.Быкова



**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Подвижные игры»**

Срок освоения Программы-6 дней

Возраст обучающихся 6- 8 лет

**Разработчики:**

Начальник отдела спортивно-массовой  
работы государственного бюджетного  
учреждения дополнительного  
образования детско-юношеский центр  
Московского района Санкт-Петербурга  
«Центр физической культуры, здоровья и  
спорта»

Кузнецова Ольга Александровна  
Педагог дополнительного образования  
государственного бюджетного  
дошкольного образовательного  
учреждения детского сада № 105  
компенсирующего вида Невского района  
Санкт-Петербурга

Табакова Александра Романовна

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры!» (далее — Программа) разработана в соответствии с действующей нормативной базой в сфере дополнительного образования детей:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. N2 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Распоряжением Комитета по образованию от 25.08.2022 N2 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;

- Распоряжением Комитета по образованию от 05.09.2022 N2 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге»; - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. N2 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным».

Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа «Подвижные игры» - краткосрочная, создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Реализация краткосрочной программы обеспечивает ряд преимуществ участникам образовательного процесса: для учащихся — это возможность попробовать себя в разных видах деятельности, возможность определиться с выбором направления деятельности, для родителей — это возможность разобраться с логикой дополнительного образования, понять преемственность его ступеней, наметить общую линию индивидуального развития своего ребенка, для педагогов — это реальный шанс сформировать контингент обучающихся, а также, стимул к разработке базовой программы.

Данная программа дает возможность детям получить ознакомительную информацию о некоторых видах спорта, узнать о правилах проведения соревнований. Занятия имеют свои особенности — это добровольность, заинтересованность в получении знаний и умений, а также возможность занятий для детей с различным уровнем начальной физической подготовленности. Дети сами выбирают свой вид спорта и выполняют все, что требуется для его освоения, а в дальнейшем могут продолжить занятия самостоятельно по месту жительства.

Направленность программы — физкультурно-спортивная.

Актуальность данной программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации.

Понятие «здоровье» — это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье школьника представляет собой критерий качества современного образования. В связи с ухудшением состояния здоровья детей, охрана и укрепление здоровья детей и подростков является одним из основных направлений в деятельности школы. Реализация

программы будет способствовать пробуждению интереса к занятию спортом, здоровому образу жизни.

Новизна данной программы заключается в ее краткосрочности. Программа построена по модульной системе. Она состоит из краткосрочных независимых модулей. За период обучения у детей с различным уровнем физической подготовки формируется дальнейшая мотивация к занятиям физической культурой и спортом. Программа дает возможность каждому ребенку реализовать свои двигательные умения и навыки в независимости от уровня физической подготовленности и степени освоения двигательного действия. Программа предъявляет высокие требования к занимающимся, не исключая возможности участия каждого в соревнованиях.

Адресат программы. Программа адресована детям 6-8 лет. Для обучения по программе принимаются все желающие, имеющие медицинский допуск к занятиям.

Уровень освоения. Программа имеет общекультурный уровень освоения.

Объем и срок освоения. Программа рассчитана на 12 часов. Занятия по программе проводятся в течение 6 дней по 2 часа.

Цель Программы: развитие у обучающихся мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостному развитию физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, а также приобщение к регулярным занятиям спортом по различным видам деятельности.

Задачи программы: Обучающие:

- обучение технических и тактических приёмов спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики с элементами акробатики; - обучение 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:

- развитие основных физических качеств (выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движений); укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовки. Воспитательные:

- формирование потребности в систематических занятиях спортом и ЗОЖ; - воспитание моральных и волевых качеств.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной  
общеразвивающей программы

Язык реализации программы. Программа реализуется на русском языке.

Форма обучения по Программе: очная

Условия приема на обучение. В группу принимаются дети 6-8 лет, не имеющие медицинские противопоказания к занятиям.

Условия формирования групп — группа формируется при минимальной наполняемости 15 человек. Отбор детей для обучения по программе не предусмотрен.

Формы организации и проведения занятий. Формы организации учащихся на занятиях: беседа, демонстрация, практическое занятие. Форма занятий: групповая.

Материально-техническое обеспечение: спортивная площадка, спортивный зал, спортивный инвентарь (манишки, мячи футбольные, фишки, конусы, скакалки, обручи, лесенка).

Планируемые результаты обучения.

Предметные:

- изучение технических и тактических приёмов спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики с элементами акробатики; ■ изучение простейших организационных навыков, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту; формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время. Метапредметные: ■ изучение простейших организационных навыков; ■ воспитание моральных и волевых качеств. Личностные:
  - укрепление физического и психического здоровья; ■ развитие выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движений; ■ формировать потребность в систематических занятиях спортом и ЗОЖ.

Формы контроля. В программе применяются две формы контроля: индивидуальная и групповая.

Виды и методы контроля

Текущий контроль: педагогические наблюдения выполнения заданий на занятиях.

Итоговый контроль: педагогический контроль выполнения программы.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практик	
1	Вводное занятие	4			
1.1.	Техника безопасности на занятиях, план работы на занятиях.				Тестирование.
1.2	Общеразвивающие упражнения.	2		2	Педагогическое наблюдение результатов выполнения упражнений. самооценка выполнения
2.	Подвижные игры	8			
2.1	Подвижные игры «Украти мяч». «Регби».	2		1,5	Педагогическое наблюдение, результатов выполнения упражнений. самооценка выполнения
2.2	Подвижная игра «Крабы».	2		1,5	
2.3	Подвижная игра «Салки с мячом в ногах».	2		1,5	
2.4	Подвижная игра «Регби».	2		1,5	
	<b>ИТОГО</b>	12	4	8	

## 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2024	04.03.2024	20.03.2024	3	6	12	2 раза в неделю по 2 часа , 1 час=25 мин.

### Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры!»

#### Пояснительная записка

Данная программа дает возможность детям получить ознакомительную информацию о видах спорта, узнать о правилах проведения соревнований, продолжить занятия самостоятельно по месту жительства.

Характеристика группы — дети 6-8 лет, не имеющие медицинские противопоказания к занятиям.

Цель Программы: развитие у обучающихся мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостному развитию физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, а также приобщение к регулярным занятиям спортом по различным видам деятельности.

Задачи программы: Обучающие:

- обучение технических и тактических приёмов спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики с элементами акробатики; обучение 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:

- развитие основных физических качеств (выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движений); укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовки.

Воспитательные: - формирование потребности в систематических занятиях спортом и ЗОЖ;

воспитание моральных и волевых качеств.

Планируемые результаты обучения Предметные: о изучение технических и тактических приёмов спортивных игр, легкой атлетики, гимнастики с элементами акробатики;

- изучение простейших организационных навыков, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту; ■ формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями, избранным видом спорта в свободное время.

Метапредметные:

- изучение простейших организационных навыков; - воспитание моральных и волевых качеств. Личностные:

- укрепление физического и психического здоровья; ■ развитие выносливости, силы, быстроты, гибкости, координации движений; ■ формировать потребность в систематических занятиях спортом и ЗОЖ.

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Вводное занятие

1.1 Техника безопасности на занятиях, план работы на занятиях

Теория: Знакомство, техника безопасности на занятиях, план работы на занятиях. Беседы на темы «Значимость зарядки для бодрого дня», «Чистота залог здоровья», «Здоровым быть здорово».

1.2 Общеразвивающие упражнения

Практика: Разучивание общеразвивающих упражнений. Разучивание прыжковых упражнений.

Педагогическое наблюдение, разбор ошибок. Тема

2. Подвижные игры

2.1 Подвижные игры «Укради мяч». «Регби».

Теория: Правила игры «Укради мяч», правила и особенности игры «Регби».

Практика: Разбивка на команды, игра в течение установленного времени, подсчет очков, определение победителя.

Педагогическое наблюдение, разбор ошибок.

## 2.2 Подвижная игра «Крабы»

Теория: Правила игры, особенности передвижения по площадке.

Практика: Разделение игроков на команды, правильное перемещение по площадке.

Педагогическое наблюдение, разбор ошибок.

## 2.3 Подвижная игра «Салки с мячом в ногах» Теория: Правила игры «Салки с мячом в ногах».

Практика: Разбивка на команды, выбор ведущих, обучение техники передвижения с мячом.

Педагогическое наблюдение, разбор ошибок.

## 2.4 Подвижная игра «Регби»

Теория: Правила игры «Регби».

Практика: Разбивка на команды, отработка паса руками, занесение мяча в зону.

Педагогическое наблюдение, разбор ошибок.

Календарно-тематическое планирование дополнительной  
общеразвивающей программы «Подвижные игры»

неделя	дата	тема	содержание	Кол-во часов (теория/практика)	Форма контроля
1 неделя 04.03.2024- 07.03.2024	04.03.2024	Вводное занятие	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.	2 часа: Теория 1 час Практика- 1 час	Педагогическое наблюдение, самооценка (выполнение заданий)
	06.03.2024	Правила игры «Укради мяч»,	Теория: правила игры «Укради мяч»,. Практика: разбивка на команды, игра в течение установленного времени, подсчет очков, определение победителя	2 часа: Теория 1 час Практика- 1 час	Педагогическое наблюдение, самооценка (ошибки при соблюдении правил игры)
2 неделя 11.03.2024- 05.03.2024	11.03.2024	Правила и особенности игры «Крабы»	Теория: правила игры «Крабы», особенности передвижения по площадке. Практика: разделение игроков на команды, правильное перемещение по	2 часа: Теория 1 час Практика- 1 час	Педагогическое наблюдение, самооценка (ошибки при соблюдении правил игры)

			площадке.		
	13.03.2024	Правила и особенности игры «Скалки с мячом в ногах»	Теория: правила игры «Скалки с мячом в ногах». Практика: разбивка на команды, выбор ведущих, обучение техники передвижения мячом.	2 часа: Теория 1 час Практика- 1 час	Педагогическое наблюдение, самооценка (ошибки при соблюдении правил игры)
3 неделя 18.03.2024- 22.03.2024	18.03.2024	Правила и особенности игры «Регби»	Теория: правила и особенности игры «Регби». Практика: определение зон игры.	2 часа: Теория 1 час Практика- 1 час	Педагогическое наблюдение, самооценка (ошибки при соблюдении правил игры)
	20.03.2024	Вернисаж подвижных игр	Теория: правила подвижных игр Практика: применение игра на практике, умение договариваться, соблюдать правила игры.	2 часа: Теория 1 час Практика- 1 час	Педагогическое наблюдение, самооценка (ошибки при соблюдении правил игры)

## Методические и оценочные материалы

### Подвижная игра «Укради мяч»

Организация: Четыре команды по 2 игрока располагаются в своих «домах». По сигналу тренера один игрок из каждой команды выбегает в центр за мячом (определенным способом) и возвращается с ним к себе в дом. Потом выбегает второй игрок и т.д. Когда в центре мячи заканчиваются, игрокам разрешено воровать мячи у соперников (брать можно только один мяч), при этом другие не препятствуют «краже». Играют установленное время -1 мин., затем подсчитываются мячи в каждом из домов. Побеждает команда, набравшая большее количество мячей

### Подвижная игра «Крабы»

Организация: Площадка ограничена стойками. Половина игроков садиться на пол. Двигаться можно только животом кверху, опираясь на руки, ноги и спину. Их цель — выбить мяч с площадки. Ведущие подают мяч и, забрав выбитые мячи, возвращают их на площадку. Меняются ролями.

### Подвижная игра «Салки с мячом в ногах»

Организация: в игре принимает участие 12—15 игроков\* (2 водящих\* и 10—13 убегающих\*), мяч в ногах у каждого игрока. Водящие игроки отличаются по цвету от убегающих за счет черной манишки в руках.

Подбирается игровое пространство — квадрат или круг размером 12x12 м\*.

Все участники равномерно распределяются по периметру данного пространства в хаотичном порядке.

Условия и правила игры: по сигналу водящие игроки, контролируя свой мяч, должны осалить убегающих игроков за любую часть тела. Задача убегающих игроков при частой смене направления движения и оценки ситуации не позволить себя осалить. В случае, если водящий игрок осалил убегающего, или у убегающего игрока мяч выкатился из-под контроля за периметр обозначенной площадки, футболисты меняются ролями. Запрещено салить игрока или убежать от водящего, не владея мячом, а также пересаливать игрока в ближайшие 3 сек. Время выполнения: 6—8'. Варианты реализации игры:

- салить заданную часть тела;
- ведение мяча заданным способом.

Подвижная игра «Регби»

Цель: Развитие игрового мышления, создание эмоционального фона.

Описание: Игра, в которой игроки выполняют пас руками. Серия из 5—6 передач между собой и цель занести мяч в зону соперника

## Список литературы

### Список используемой литературы

1. Авченко, Н.А. Обучение подвижным играм с элементами спортивных игр в соответствии с ФГОС ДО: / Н.А. Авченко // Инструктор по физкультуре. - 2015. - МЗ. - С. 1523.
2. Александрова, Р. Подвижные игры / Р. Александрова // Воспитание школьников. 1999. - МЗ. - с. 59-61.
3. Аникин, А.А. Воздействие подвижных игр с элементами футбола на развитие физических качеств детей младшего школьного возраста / А.А. Аникин // Физическая культура в школе. - 2015. - N25. - С. 26-29.
4. Аникин, А.А. Подвижные игры с элементами футбола как средство формирования координационных способностей детей младшего школьного возраста / А.А. Аникин // Вестник спортивной науки. - 2014. - Мб. - С. 60-63.
5. Антонишина, Е.Н. Игры с мячом как средство физического развития и оздоровления детей / Е.Н. Антонишина // Инструктор по физкультуре. - 2012. - N24. - С. 26-30.
6. Баршай, В.М. Подвижные игры: учебное пособие! В.Н. Курьсь, В.М. Баршай, В.Ф. Стрельченко - М: Издательство «Омега-Л», 2012. - 352 с.

### Список литературы для учащихся

1. Ощепкова Т.Л. Воспитание потребности в ЗОЖ у детей младшего школьного возраста.  
/

Т.Л. Ощепкова // Начальная школа. — 2006. - N2 8. — С. 90.

2. Смирнов Н.К. Ориентировочная оценка состояния здоровья обучающихся в школе / Н.К. Смирнов Н Практика административной работы в школе. — 2006. - N2 1 . — С. 30-38.

3. Тверская Н.В. Здоровьесберегающий подход в развитии успешности ученика / Н.В. Тверская Н Образование в современной школе. — 2005. - ЛЬ 2. — С. 40-44.

#### Интернет-ресурсы 1.

Стань чемпионом (sportchampions.ru)

2. <http://www.youtube.com/channel/UCJ4QUY4xdS30uSMabfHopVg> 3. <http://www.google.ru> 4. <http://www.yandex.ru>

5. Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>



## Оценка результативности освоения дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры»

№ п/п	Фамилия, имя, ребенка	Опыт освоения теории			Опыт освоения практической деятельности			Опыт деятельности	Опыт эмоционально-ценностных отношений	Опыт социально-значимой деятельности
		Игровые упражнения			умен ие	навы ки	закре пле ние			
		Техника безопасности	З О Ж	О Р У						
							Опыт самостоятельной творческой деятельности	Приобретен/не приобретен	Активизированы познавательные интересы и потребности	

### Критерии оценки результативности освоения общеразвивающей программы

Опыт освоения теории и практической деятельности- в соответствии с задачами Программы, каждая оценивается от 0 до 3.

Опыт творческой деятельности- в соответствии с задачами Программы, каждая оценивается от 0 до 3.

Опыт социально-значимой деятельности - в соответствии с задачами Программы, каждая оценивается от 0 до 3.

Общая оценка результативности освоения Программы:

0-5 баллов-низкая

6-10 баллов-на среднем уровне

11-15 баллов- на хорошем уровне

15 и выше- на высоком уровне



