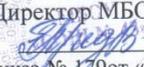


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа №48»

ПРИНЯТА
на заседании методического
(педагогического) совета
от «31» августа 2020г.
Протокол № 8
9 Н.А. Егорова

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №48»
 /Е.В. Преदि́на
Приказ № 179 от «01» сентября 2020г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Физкультурно-спортивной направленности**

«Спортландия»
Уровень освоения программы: базовый
Возраст учащихся: 7-9 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Артеменкова Светлана Юрьевна
учитель физической культуры

Курган,
2020г

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Ф.И.О. автора- составителя	Артеменкова Светлана Юрьевна
Учреждение	МБОУ «СОШ №48»
Наименование программы	«Спортландия»
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Направленность	Физкультурно-спортивная
Образовательная область	Здоровьесбережение
Вид программы	Модифицированная
Возраст учащихся	7-9 лет
Срок обучения	1 год
Объём часов	68 часа
Уровень освоения программы	Базовый
Цель программы	возрождение традиционной и развитие современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора
С какого года реализуется программа	2020г

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Программа составлена на основе:

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 20015 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации; Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.). Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (в редакции от 29.06.2011) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортландия» носит образовательно-воспитательный характер. **Актуальность** программы обусловлена тем, что на современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего возраста при современных усилиях школы и семьи.

В основу программы положены изучение народных игр, а игровая форма работы с младшими школьниками является основной. Народные игры - это исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народам и регионам. Игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для младших школьников с народными песнями, прибаутками, плясками.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Педагогические возможности преподавания содержания программы «Спортландия» будут эффективны, так как учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни. Программа ориентирована на детей, стремящихся к изучению новых игр, к общению со сверстниками.

Данная программа обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью.

Программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности игры.

Формы и методы обучения определены возрастом учащихся- коллективная, групповая в зависимости от темы занятия.

Формы проведения занятий: беседы, игры с ролевым акцентом, соревнования, эстафеты и мини-проекты.

Они направлены на достижение первого уровня результатов.

Программой предусмотрены **методы обучения:** объяснительно-иллюстративные, частично-поисковые, творческие, практические.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 68 часа в год, продолжительность занятия -35-40 минут, периодичность занятий - 1 раз в неделю. Возраст обучающихся 7-9 лет. Программа может быть использована для групп ГПД. Ограничений по здоровью нет

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы - возрождение традиционной и развитие современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора.

Задачи:

Обучающие

- приобретение знаний о народных играх, о традициях, истории и культуре русского, народа и народов, проживающих на территории Курганской области;
- обучение разнообразным правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

Воспитательные

- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- привить учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;

Развивающие

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса.

1.3. Планируемые результаты

Метапредметные

Регулятивные

- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Познавательные

- знать историческое наследие русского, хакасского народа и русских, хакасских народных игр;
 - соблюдать традиции народных праздников;
 - владеть культурой общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;
- народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными игровыми традициями и культурой России.

Коммуникативные

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы, адекватно использовать речь;
- уметь работать группой;

Личностные:

- умение самостоятельно принимать правильные решения;
- развитие ловкости, гибкости, силы, моторики рук, воображения, функции зрения, тренировка реакции и координации движений, развитие навыков общения;

- сформированные устойчивые знания и навыки выполнения игровых ситуаций.

Предметные

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.
- учитывать факторы, влияющие на здоровье человека;
- знать причины некоторых заболеваний;
- знать виды закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;
- понимать пользу физических упражнений для гармоничного развития человека;
- использовать основные формы физических занятий и виды физических упражнений в повседневной жизни.

1.4 Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма контроля
			Теория	Практика	
Раздел 1: Сюжетные игры(10 часов)					
1	Техника безопасности во время игр. Требования к проведению игр. Требования к форме одежды и инвентарю.	1	1		
2	Правила и особенности игры. Проведение игры«Два Мороза», «Гуси-Лебеди», Карлики и великаны»	2	0,5	1,5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
3	Правила и особенности игры. Проведение игры «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки»	2	0,5	1,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
4	Правила и особенности игры. Проведение игры «Волк во рву», «У медведя во бору»	2	0,5	1,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
5	Правила и особенности игры. Проведение игры. «Рыбак и рыбки», «Охотники и утки»	3	0,5	2,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
Раздел 2: Подвижные игры с мячом (36 часов)					
6	Правила и особенности игры. Проведение игры. «Охотники и утки» «Играй, играй, а мяч не теряй»	2	0,5	1,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
7	Правила и особенности игры «Охотники и утки», «Играй, играй, а мяч не теряй»	2		2	Самостоятельно играть в разученные игры
8	Правила и особенности игры.	2	1	1	Знать разученные игры,

	Проведение игры. «Дорожки», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка»				самостоятельно играть в разученные игры
9	Правила и особенности игры. «Дорожки», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка»	2		2	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
10	Проведение игр: «Дорожки», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Охотники и утки», «Играй, играй, а мяч не теряй»	2		2	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
11	Правила и особенности игры. Проведение игры. «Снайперы» «Мяч среднему»	2	0,5	1,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
12	Правила и особенности игры. Проведение игры. «Снайперы» «Мяч среднему»	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
13	Проведение игры «Снайперы» «Мяч среднему»	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
14	Проведение игры «Снайперы» «Мяч среднему»	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
15	Проведение игры «Снайперы» «Мяч среднему»	2			самостоятельно играть в разученные игры
16	Правила и особенности игры. Проведение игры «Выжигала» «Снежки»	2	1	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
17	Правила и особенности игры. Проведение игры «Выжигала» «Снежки»	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
18	Правила и особенности игры. Проведение игры «Выжигала» «Снежки»	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
19	Правила и особенности игры. Проведение игры «Выжигала» «Снежки»	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
20	Инструктаж по правилам игры и технике безопасности. Эстафеты с элементами пионер-бола, баскетбола, футбола. Правила и особенности проведения эстафет	2	1	1	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры
21	Инструктаж по правилам игры и технике безопасности. Эстафеты с элементами пионербола, баскетбола, футбола. Правила и особенности проведения эстафет	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
22	Инструктаж по технике безопасности. Эстафеты с элементами пионербола, баскетбола, футбола. Правила и	2		2	самостоятельно играть в разученные игры

	особенности проведения эстафет				
23	Инструктаж по технике безопасности. Эстафеты с элементами пионербола, баскетбола, футбола. Правила и особенности проведения эстафет	2		2	самостоятельно играть в разученные игры
Раздел 3: Секреты здоровья (8часа)					
25	Зарядка в стране «Спортландия». Правила и особенности составления комплекса утренней зарядки, демонстрация упражнений	2	0,5	1,5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения
26	Гигиена «Олимпийщиков» Беседа «Что надо делать, чтобы зубы не болели», «Уход за кожей», « Уход за волосами»	2	0,5	1,5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения
27	Движение есть жизнь Беседа: « Для чего нужны движения» Двигательные упражнения	2	0,5	1,5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения
28	Закаливание организма Викторина «Солнце, воздух и вода - наши верные друзья»	2	0,5	1,5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения
Раздел 4: Этнокультурные игры и состязания (14часов)					
29	Правила и особенности игры. Проведение игры «А мы просо сеяли», «Капуста»	2	0,5	1,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
30	Правила и особенности игры. Проведение игры «Серый волк», «Скок-перескок»	2		2	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
31	Правила и особенности игры. Проведение игры «Платок с узелком», «Цыплята»	3	1	2	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
32	Правила и особенности игры. Проведение игры «День и ночь», «Защита булав»	2	0,5	1,5	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
32	Правила и особенности игры. Проведение игры «Двенадцать палочек», « Ручеек»	2		2	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
33	Проведение игр, состязаний.	3		3	Знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
	ВСЕГО	68	11	57	

1.5 Содержание программы

1 раздел: Сюжетные игры - 5 часов.

Техника безопасности во время игр. Требования к проведению игр. Требования к форме одежды и инвентарю.

В процессе занятия (объяснение правил игры) Техника безопасности. Правила проведения игр: «Два Мороза», «Карлики и великаны» «Зайцы в огороде», «Кот и мыши» «Волк во рву», «Два медведя».

Итоговое занятие по разделу.

Конкурс сюжетных игр.

2 раздел: Подвижные игры с мячом- 18 часов

В процессе занятия Техника безопасности. Правила проведения игр и эстафет.

«Охотники и утки», «Играй, играй, а мяч не теряй», «Снайперы», «Мяч среднему» «Выжигала», «Снежки».

Эстафеты с элементами пионербола, баскетбола, футбола

Правила и особенности проведения эстафет.

3 раздел: «Секреты здоровья»- 4 часа

Способствовать развитию по профилактике простудных заболеваний, расширить гигиенические знания и навыки учащихся. В процессе занятия. Техника безопасности.

Правила проведения игр.

Зарядка в стране «Спортландия».

Правила и особенности составления комплекса утренней зарядки, демонстрация упражнений.

Гигиена «Олимпийщиков».

Беседа «Что надо делать, чтобы зубы не болели», «Уход за кожей», «Уход за волосами»

Движение есть жизнь.

Беседа: «Для чего нужны движения» Двигательные упражнения

Закаливание организма.

Викторина «Солнце, воздух и вода - наши верные друзья».

Итоговое занятие по разделу : Демонстрация комплекса утренней зарядки

4 раздел Этнокультурные игры и состязания – 7 часов

В процессе занятия Техника безопасности.

Русские народные игры «А мы просо сеяли», «Капуста», Двенадцать палочек», «Ручеек», татарские: «Серый волк», «Скок-перескок», казахские : «Платок с узелком», «Цыплята» азербайджанские: «День и ночь», «Защита булав».

Проведение игр и состязаний.

Итоговое занятие по разделу: Состязание между двумя командами.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

гимнастические маты (5 шт.);

теннисные мячи 10 (шт.)

набор кубиков и кеглей

гимнастические обручи 5 (шт.)

гимнастические палки 25 (шт)

мячи для баскетбола 10(шт).

клюшки для хоккея 4 (шт.)
скакалки (25 шт)
декоративные удочки;
флажки;
набор «Городки» (2 шт)

Формы и методы обучения определены возрастом учащихся- коллективная, групповая в зависимости от темы занятия.

Формы проведения занятий: беседы, игры с ролевым акцентом, соревнования, эстафеты и мини-проекты.

Они направлены на достижение первого уровня результатов.

Программой предусмотрены **методы обучения:** объяснительно-иллюстративные, частично-поисковые, творческие, практические.

Педагогом используются **педагогические технологии:**

индивидуализации обучения;
группового обучения;
коллективного взаимообучения;
дифференцированного обучения;
разноуровневого обучения;
развивающего обучения;
проектной деятельности;
игровой деятельности;
здоровьесберегающая и др.

2.2. Формы аттестации \ контроля

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортландия», предполагает развитие на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения. Учет достижений и результатов освоения программы происходит путем накопления материалов в «портфолио» каждого ученика. Подобная организация учета результатов освоения программы будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

2.3 Список литературы и источников

Список литературы для педагога

- 1.Н.И. Дерекляева Мастерская учителя. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья - М.: «Вако» 2004г
- 2.Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
- 3.Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.

4. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.
5. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
6. <https://pogorelskaya-ppds45.edumsko.ru/folders/post/1060445>
7. <https://www.maam.ru/detskijasad/kartoteka-podvizhnyh-igr-narodov-rosi.html>

Список литературы для обучающихся

1. И.Т.Коротков Подвижные игры в школе –М.: Просвещение, 1979-190с
2. <https://pogorelskaya-ppds45.edumsko.ru/folders/post/1060445>
3. <https://www.maam.ru/detskijasad/kartoteka-podvizhnyh-igr-narodov-rosi.html>