

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы с детьми и подростками» Тербуны Тербунского  
муниципального района Липецкой области**

СОГЛАСОВАНО:  
на педагогическом совете  
протокол №01 от 20 августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
директор /О.А. Пашинцева/  
приказ № 40 от 01 августа 2021 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа  
дополнительного образования детей  
«Подвижные игры»  
направленность: физкультурно-спортивная  
Срок реализации: 4 года  
Возраст детей: 7-11 лет**

Программу подготовила  
педагог дополнительного образования  
Драчёва Татьяна Васильевна

с.Тербуны 2021 год

## **I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры»**

### **Пояснительная записка**

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивает ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх, занимающиеся, упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

**Актуальность данной программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности детей, одним из

самых любимых и полезных занятий данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знаниям фольклора, освоению культурного наследия.

**Практическая значимость** программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения.

**Программа составлена на основе нормативно-правовых документов:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- Федеральный закон Российской Федерации от 3 июля 2016 г. № 313-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

- Закон РФ от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467).

- Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

**Цель программы** сформировать детей мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

**Задачи программы:**

Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- формирование интереса к народному творчеству;
- расширение кругозора обучающихся.

Развивающие:

- развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

**Отличительными особенностями программы** является ее практическая значимость на уровне индивидуума, социума.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** 7 – 11 лет.

**Сроки реализации**

Программа рассчитана на 4 года. Курс включает 288 занятий: 72 занятия в год.

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 2 занятия по 45 минут с перерывом 10 мин. Занятия проводятся на улице или в спортивном зале.

**Формы занятий:**

Ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

**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 школьной 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.

### **Ожидаемые результаты.**

#### **1 год обучения:**

- укрепление здоровья;
- повышение физической подготовленности двигательного опыта.

#### **2 год обучения:**

- развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

#### **3 год обучения:**

- формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

#### **4 год обучения:**

- обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

### **Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»**

#### **Личностные результаты**

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

**Метапредметные результаты** является формирование универсальных учебных действий (УУД).

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью руководителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму.

#### **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы с другими воспитанниками и руководителем.

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера или исполнителя).

### **Учебный план программы «Подвижные игры»**

| № п/п | Наименование курса                | Количество часов |              |       | Формы промежуточной аттестации   |
|-------|-----------------------------------|------------------|--------------|-------|----------------------------------|
|       |                                   | теоретических    | практических | всего |                                  |
| 1     | Подвижные игры (1-й год обучения) | 14               | 58           | 72    | Карта образовательных достижений |
| 2     | Подвижные игры (2-й год обучения) | 14               | 58           | 72    | Карта образовательных достижений |
| 3     | Подвижные игры (3-й год обучения) | 14               | 58           | 72    | Карта образовательных достижений |
| 4     | Подвижные игры (4-й год обучения) | 14               | 58           | 72    | Карта образовательных достижений |

### **Содержание программы «Подвижные игры» 1 год обучения**

#### **Тема 1. Игры с бегом (12 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».

- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

### **Тема 2. Игры с мячом (10 часов).**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

### **Тема 3. Игра с прыжками (10 часов).**

*Теория.* Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробьишки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

### **Тема 4. Игры малой подвижности (10 часов).**

*Теория.* Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

### **Тема 5. Зимние забавы (8 часов).**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

*Практические занятия:*

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».

- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».
- Игра «Черепахи».

### **Тема 6. Эстафеты (8 часов).**

*Теория.* Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

*Практические занятия:*

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

### **Тема 7. Народные игры (8 часов)**

*Теория.* Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

### **Праздник игр (6 часов)**

**Учебно – тематический план  
программы «Подвижные игры»  
1 год обучения**

| № темы | Название темы   | Количество часов     |        |          |
|--------|---|----------------------|--------|----------|
|        |   | общее кол - во часов | теория | практика |
| 1.     | Игры с бегом (общеразвивающие игры).  | 12                   | 2      | 10       |
| 2.     | Игры с мячом.   | 10                   | 2      | 8        |
| 3.     | Игры с прыжками.  | 10                   | 2      | 8        |
| 4.     | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 10                   | 2      | 8        |
| 5.     | Зимние забавы.  | 8                    | 2      | 6        |
| 6.     | Эстафеты.   | 8                    | 2      | 6        |



|               |               |           |           |           |
|---------------|---------------|-----------|-----------|-----------|
| 7.            | Народные игры | 8         | 2         | 6         |
| 8.            | Праздник игр  | 6         | -         | 6         |
| <b>Итого:</b> |               | <b>72</b> | <b>14</b> | <b>58</b> |

**Содержание программы  
«Подвижные игры»  
2 год обучения**

**Тема 1. Игры с бегом (10 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»  
Игра «Пустое место».  
Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

**Тема 2. Игры с прыжками (10 ч)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

**Тема 3. Игры с мячом (10 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча  
Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

#### **Тема 4. Игры малой подвижности (10 ч)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

#### **Тема 5. Зимние забавы (8 ч)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

#### **Тема 6. Эстафеты (10 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

#### **Тема 7. Народные игры (10 ч)**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

## Праздник игр (4 ч)

### Учебно – тематический план программы «Подвижные игры» 2 год обучения

| №<br>темы    | Название темы   | Количество часов           |           |           |
|--------------|---|----------------------------|-----------|-----------|
|              |   | общее<br>кол - во<br>часов | теория    | практика  |
| 1.           | Игры с бегом<br>(общеразвивающие игры).   | 10                         | 2         | 8         |
| 2.           | Игры с мячом.   | 10                         | 2         | 8         |
| 3.           | Игра с прыжками.  | 10                         | 2         | 8         |
| 4.           | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 10                         | 2         | 8         |
| 5.           | Зимние забавы.  | 8                          | 2         | 6         |
| 6.           | Эстафеты.   | 10                         | 2         | 8         |
| 7.           | Народные игры.  | 10                         | 2         | 8         |
| 8.           | Праздник игр.   | 4                          | -         | 4         |
| <b>Итого</b> |   | <b>72</b>                  | <b>14</b> | <b>58</b> |

### Содержание программы «Подвижные игры» 3 год обучения

#### Тема 1. Игры с бегом (10 ч)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

## **Тема 2. Игры с мячом (10ч)**

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»  
Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель».  
Игра «Русская лапта»

## **Тема 3. Игры с прыжками (10 ч)**

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Салка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

## **Тема 4. Игры малой подвижности (10 ч)**

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.  
Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

## **Тема 5. Зимние забавы (8 ч)**

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

## **Тема 6. Эстафеты (10 ч)**

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведро с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

### **Тема 7. Народные игры (10 ч)**

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

### **Праздник игр (4 ч)**

## **Учебно – тематический план Программы «Подвижные игры» 3 год обучения**

| №<br>п\п<br>темы | Название темы  | Количество часов           |           |           |
|------------------|--|----------------------------|-----------|-----------|
|                  |  | общее<br>кол - во<br>часов | теория    | практика  |
| 1.               | Игры с бегом<br>(общеразвивающие игры)   | 10                         | 2         | 8         |
| 2.               | Игры с мячом   | 10                         | 2         | 8         |
| 3.               | Игра с прыжками  | 10                         | 2         | 8         |
| 4.               | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки) | 10                         | 2         | 8         |
| 5.               | Зимние забавы  | 8                          | 2         | 6         |
| 6.               | Эстафеты   | 10                         | 2         | 8         |
| 7.               | Народные игры  | 10                         | 2         | 8         |
| 8.               | Праздник игр   | 4                          | -         | 4         |
| <b>Итого</b>     |  | <b>72</b>                  | <b>14</b> | <b>58</b> |

## **Содержание программы «Подвижные игры» 4 год обучения**

### **Тема 1. Игры с бегом (10 ч)**

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».

## **Тема 2. Игры с мячом (10 ч)**

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил». Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

## **Тема 3. Игры с прыжками (10 ч)**

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «Белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

## **Тема 4. Игра малой подвижности (10 ч)**

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

## **Тема 5. Зимние забавы (8 ч)**

Теория. Правила безопасного поведения

при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Практические занятия:

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

### **Тема 6. Эстафеты (10 ч)**

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

### **Тема 7. Народные игры (10 ч)**

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

### **Праздник игр (4 ч)**

## **Учебно – тематический план Программы «Подвижные игры» 4 год обучения**

| № темы | Название темы   | Количество часов     |        |          |
|--------|---|----------------------|--------|----------|
|        |   | Общее кол - во часов | Теория | Практика |
| 1.     | Игры с бегом (общеразвивающие игры)   | 10                   | 2      | 8        |
| 2.     | Игры с мячом  | 10                   | 2      | 8        |
| 3.     | Игра с прыжками   | 10                   | 2      | 8        |
| 4.     | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием | 10                   | 2      | 8        |

|    |                                    |           |           |           |
|----|------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
|    | и перелазанием; правильной осанки) |           |           |           |
| 5. | Зимние забавы                      | 8         | 2         | 6         |
| 6. | Эстафеты                           | 10        | 2         | 8         |
| 7. | Народные игры                      | 10        | 2         | 8         |
| 8. | Праздник игр                       | 4         | -         | 4         |
|    | <b>Итого</b>                       | <b>72</b> | <b>14</b> | <b>58</b> |

## **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Календарный учебный график по курсу «Подвижные игры»**

Начало учебного года – 01.09.2021.

Продолжительность учебного года – 36 учебных недель.

#### **Календарь занятий**

| Год обучения   | 1 полугодие         | Образовательный процесс | Зимние праздники  | 2 полугодие       | Образовательный процесс | Аттестация   | Всего в год |
|----------------|---------------------|-------------------------|-------------------|-------------------|-------------------------|--------------|-------------|
| 1 год обучения | 01.09 - 29.12.2021. | 17 недель               | 01.01-08.01.2022. | 10.01-28.05.2022. | 19 недель               | Декабрь, май | 36 недель   |
| 2 год обучения | 01.09 - 29.12.2021. | 17 недель               | 01.01-08.01.2022. | 10.01-28.05.2022. | 19 недель               | Декабрь, май | 36 недель   |
| 3 год обучения | 01.09 - 29.12.2021. | 17 недель               | 01.01-08.01.2022. | 10.01-28.05.2022. | 19 недель               | Декабрь, май | 36 недель   |
| 4 год обучения | 01.09 - 29.12.2021. | 17 недель               | 01.01-08.01.2022. | 10.01-28.05.2022. | 19 недель               | Декабрь, май | 36 недель   |

| Этапы образовательной деятельности                   | 1 год обучения  |
|--|---|
| <b>Начало учебных занятий</b>                        | 01 сентября (1-15 сентября комплектование)                                |
| <b>Продолжительность учебного года</b>               | 36 недель   |
| <b>Продолжительность занятия (академический час)</b> | 7-11 лет - 45 мин.  |
| <b>Промежуточная аттестация</b>                      | 20-29 мая (на последнем занятии по изучаемому курсу)                      |
| <b>Окончание учебного года</b>                       | 29 мая  |
| <b>Каникулы летние</b>                               | С 01.06. по 31.08.2022. Летние развлекательно-оздоровительные мероприятия |

#### **Регламент образовательной деятельности:**

Продолжительность учебной недели – 7 дней.

**1 год обучения 72 часа в год, 2 часа в неделю:** 2 раза в неделю по 1 часу.

**2 год обучения 72 часа в год, 2 часа в неделю:** 2 раза в неделю по 1 часу.



**3 год обучения 72 часа в год, 2 часа в неделю: 2 раза в неделю по 1 часу.**

**4 год обучения 72 часа в год, 2 часа в неделю: 2 раза в неделю по 1 часу.**

### **Условия реализации программы**

Программа «Подвижные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность и предназначена для обучения детей 7-11 лет, рассчитана на 4 года обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, продолжительность занятия 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут. В детское объединение принимаются все желающие дети, не имеющие противопоказаний по здоровью и соответствующие возрастной категории программы. Наполняемость групп 10-15 человек.

Требования к квалификации педагога: занятия по программе «Подвижные игры» может вести педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное образование или высшее профессиональное образование, прошедший курсы повышения квалификации, прошедший обязательный медицинский осмотр в установленном законодательством Российской Федерации порядке. Педагог дополнительного образования систематически повышает уровень своей квалификации не реже, чем один раз в три года.

**Формы промежуточной аттестации:** промежуточная аттестация проводится по итогам года. Форма проведения промежуточной аттестации: заполнение «Карты образовательных достижений» вместе с педагогом.

### **Оценочные материалы**

#### **Карта образовательных достижений**

Название курса, кол-во часов \_\_\_\_\_

Ф.И.О. учащегося \_\_\_\_\_

| №<br>п/п | Показатели<br>результативности<br>освоения курса      | Оценка результативности освоения курса |                                 |                                 |
|----------|---|--|---------------------------------|---------------------------------|
|          |   | 1 балл (низкий<br>уровень)             | 2 балла<br>(средний<br>уровень) | 3 балла<br>(высокий<br>уровень) |
| 1.       | Теоретические знания                                  |  |                                 |                                 |
| 2.       | Практические умения<br>и навыки                       |  |                                 |                                 |
| 3.       | Самостоятельность в<br>познавательной<br>деятельности |  |                                 |                                 |
| 4.       | Потребность в<br>самообразовании и<br>саморазвитии    |  |                                 |                                 |
| 5.       | Применение знаний и<br>умений в социально-            |  |                                 |                                 |

|                     |                          |  |  |  |
|---------------------|--------------------------|--|--|--|
|                     | значимой<br>деятельности |  |  |  |
| Общая сумма баллов: |                          |  |  |  |

После оценки каждого параметра результативности освоения курса, все баллы суммируются. На основе общей суммы баллов определяется общий уровень освоения курса в соответствии с нижеприведенной шкалой:

1 – 4 балла – курс освоен на низком уровне;

5 – 10 баллов – курс освоен на среднем уровне;

11 – 15 баллов – курс освоен на высоком уровне.

**Карта образовательных достижений** освоения курса заполняется на основе результатов педагогического наблюдения, бесед, выполнения обучающимися заданий на занятиях. Применение данной методики в долгосрочном периоде позволяет определить динамику личностного развития каждого ребенка.

**Материально – техническое обеспечение программы:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, гимнастические скамейки, флажки, мячи, мел.

#### **Список литературы:**

##### **Литература для педагога:**

1. Алямовская В.Г. Профилактика психо-эмоционального напряжения детей средствами физического воспитания. – Н.Новгород, 2007г.
- Баладин В.А. Использование подвижных игр для развития познавательных процессов детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста. – Краснодар, 1999г.
2. Былеева Л.В. Подвижные игры. – М.: 1974г.
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – М.: 1983г.
4. Васильков Г.А., Василькова В.Г. От игры к спорту. – М.: 1985г.
5. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. – Ярославль, 1996г.
6. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. – М.: 1997г. Дополнительная литература для родителей:
7. Жуков С.П. Игра и дети// Физическая культура в школе.- 1999г., - №5, с. 14
8. Игровые занятия в группах здоровья. – Минск, 2010г.

##### **Литература для детей:**

6. Коротков И.И. Подвижные игры для детей. – М.: 1987г.
7. Макарова О.С. Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы: спортивно-игровые проекты для первого класса. – М.: 2002г.

13. Фатеева Л.П. 300 подвижных игр для младших школьников. – Ярославль, 2006г.

14. Яковлев В.Г. Подвижные игры в 1-4 классах. – Минск, 2009г

### Литература для родителей:

1. Дегтярёв Ю.В., Литвинов В.Г. Игры – обучение, тренинг, досуг. – М.: 2009г.

2. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – М.: 1999г.

3. Забота о здоровье детей (Из опыта работы школы продлённого дня №710 Москвы) / Под редакцией А.Г. Хрипковой, М.В. Антроповой. –М.: 2003г.

4. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. – М.: 2008г.

5. Степаново О.А. Подвижные игры и физкультминутки в начальной школе. – М.:

Баласс, 2008г. (Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы»).

7. Страковская В.Л. Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей от 1 года до 14 лет. – М.: 2006г.

8. Шапковой Л.В., Подвижные игры для детей с нарушением в развитии/ – СПб., 2001г.

### Приложения

#### Приложение к программе «Подвижные игры» №1

#### Календарно-тематическое планирование 1 год обучения

| Дата | № п\п | Тема занятия   | Кол-во часов | Форма контроля               |
|------|-------|--|--------------|------------------------------|
|      |       | <b>Тема 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры).</b>  | 12           |                              |
|      | 1.    | Правила безопасного поведения при проведении подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. | 2            | беседа                       |
|      | 2.    | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».        | 2            | контрольные игры по правилам |

|  |   |  |   |                     |
|--|---|--|---|---------------------|
|  | 3 | Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». | 2 | контрольные игры по |
|--|---|--|---|---------------------|

|  |     |   |           |                              |
|--|-----|---|-----------|------------------------------|
|  |     | Игра «У медведя во бору».   |           | правилам                     |
|  | 4   | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 5   | Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 6   | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |     | <b>Тема 2. Игры с мячом.</b>  | <b>10</b> |                              |
|  | 7.  | История возникновения игр с мячом.  | 2         | беседа                       |
|  | 8.  | Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».                          | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 9.  | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 10. | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».              | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 11. | Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |     | <b>Тема 3. Игры с прыжками.</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 12. | Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.          | 2         | зачет                        |
|  | 13. | Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 14. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».                                       | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 15. | Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».   | 2         | контрольные игры по правилам |

|     |  |           |                              |
|-----|--|-----------|------------------------------|
| 16. | Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|     | <b>Тема 4. Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).</b>   | <b>10</b> |                              |
| 17. | Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. | 2         | тестирование                 |
| 18. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».  | 2         | контрольные игры по правилам |
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».  | 2         | контрольные игры по правилам |
| 20. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».                    | 2         | контрольные игры по правилам |
| 21. | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».                | 2         | контрольные игры по правилам |
|     | <b>Тема 5. Зимние забавы.</b>  | <b>8</b>  |                              |
| 22. | Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.  | 2         | разгадывание кроссворда      |
| 23. | Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комков».  | 2         | контрольные игры по правилам |
| 24. | Игра «Клуб ледяных инженеров».Игра «Мяч из круга».   | 2         | контрольные игры по правилам |
| 25. | Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|     | <b>Тема 6. Эстафеты.</b>   | <b>8</b>  |                              |
| 26. | Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.  | 2         | тестирование                 |

|  |              |   |          |                              |
|--|--------------|---|----------|------------------------------|
|  | 27.          | Беговые эстафеты.   | 2        | контрольные игры по правилам |
|  | 28.          | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)                      | 2        | контрольные игры по правилам |
|  | 29.          | Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия           | 2        | контрольные игры по правилам |
|  |              | <b>Тема 7. Народные игры.</b>   | <b>8</b> |                              |
|  | 30.          | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. | 2        | беседа                       |
|  | 31.          | Разучивание народных игр. Игра «Чижик»                                    | 2        | контрольные игры по правилам |
|  | 32.          | Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»                           | 2        | контрольные игры по правилам |
|  | 33.          | Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".                                 | 2        | контрольные игры по правилам |
|  | <b>34-36</b> | <b>Подготовка и проведение «Праздника игр»</b>                            | <b>6</b> | фестиваль                    |

### Приложение к программе «Подвижные игры» №2

#### Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

| Дата | № п\п | Тема занятия   | Кол-во часов | Форма контроля               |
|------|-------|--|--------------|------------------------------|
|      |       | <b>Тема 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры).</b>  | <b>10</b>    |                              |
|      | 1     | Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега | 2            | беседа                       |
|      | 2     | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»          | 2            | контрольные игры по правилам |

|    |  |           |                              |
|----|--|-----------|------------------------------|
| 3  | Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».   | 2         | контрольные игры по правилам |
| 4  | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»            | 2         | контрольные игры по правилам |
| 5  | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|    | <b>Тема 2. Игры с мячом.</b>   | <b>10</b> |                              |
| 6  | Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой | 2         | беседа                       |
| 7  | Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».   | 2         | контрольные игры по правилам |
| 8  | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»  | 2         | контрольные игры по правилам |
| 9  | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».   | 2         | контрольные игры по правилам |
| 10 | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|    | <b>Тема 3. Игра с прыжками.</b>  | <b>10</b> |                              |
| 11 | Правила безопасного поведения в играх с мячом.   | 2         | зачет                        |
| 12 | Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».  | 2         | контрольные игры по правилам |
| 13 | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»  | 2         | контрольные игры по правилам |
| 14 | Укрепление основных мышечных групп: мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».   | 2         | контрольные игры по правилам |

|  |    |   |           |                              |
|--|----|---|-----------|------------------------------|
|  | 15 | Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 4. Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).</b>                | <b>10</b> |                              |
|  | 16 | Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.  | 2         | тестирование                 |
|  | 17 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 18 | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 19 | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 20 | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?» | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 5. Зимние забавы.</b>   | <b>8</b>  |                              |
|  | 21 | Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.                  | 2         | разгадывание кроссворда      |
|  | 22 | Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 23 | Игра «Санные поезда».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 24 | Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 6. Эстафеты.</b>  | <b>10</b> |                              |
|  | 25 | Правила безопасного поведения при проведении эстафет.   | 2         | тестирование                 |



|  |       |   |           |                              |
|--|-------|---|-----------|------------------------------|
|  |       | Способы деления на команды.<br>Считалки.  |           |                              |
|  | 26    | Веселые старты. Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 27    | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 28    | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 29    | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |       | <b>Тема 7. Народные игры.</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 30    | История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. | 2         | беседа                       |
|  | 31    | Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 32    | Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 33    | Разучивание народных игр. Игра «Котел»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 34    | Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".  | 2         | фестиваль                    |
|  | 35-36 | <b>Подготовка и проведение «Праздника игр»</b>  | <b>4</b>  |                              |
|  |       | <b>итого</b>  | <b>72</b> |                              |

### Приложение к программе «Подвижные игры» №3

#### Календарно-тематическое планирование 3 год обучения

| Дата | № | Тема занятия | Кол-во | Форма контроля |
|------|---|--------------|--------|----------------|
|------|---|--------------|--------|----------------|

|  | п/п |   | часов     |                              |
|--|-----|---|-----------|------------------------------|
|  |     | <b>Тема1. Игры с бегом (общеразвивающие игры)</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 1   | Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.             | 2         | беседа                       |
|  | 2   | Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 3   | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 4   | Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»                          | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 5   | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих» | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |     | <b>Тема 2.Игры с мячом</b>  | <b>10</b> |                              |
|  | 6   | Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.  | 2         | беседа                       |
|  | 7   | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 8   | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»<br>Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».                                | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 9   | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 10  | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |     | <b>Тема 3. Игра с прыжками.</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 11  | Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.    | 2         | зачет                        |
|  | 12  | Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».  | 2         | контрольные игры по          |

|  |    |   |           |                              |
|--|----|---|-----------|------------------------------|
|  |    |   |           | правилам                     |
|  | 13 | Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 14 | Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 15 | Комплекс ОРУ. Игра « Салка на одной ноге». Игра «Кто первый?».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 4. Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)</b> | <b>10</b> |                              |
|  | 16 | Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.  | 2         | тестирование                 |
|  | 17 | Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».                                     | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 18 | Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»                   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 19 | Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 20 | Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 5. Зимние забавы</b>  | <b>8</b>  |                              |
|  | 21 | Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.  | 2         | разгадывание кроссворда      |
|  | 22 | Игра «Строим крепость».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 23 | Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 24 | Игра «Лепим снеговика».   | 2         | контрольные игры по правилам |

|  |       |  |           |                              |
|--|-------|--|-----------|------------------------------|
|  |       | <b>Тема 6. Эстафеты</b>  | <b>10</b> |                              |
|  | 25    | Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.  | 2         | тестирование                 |
|  | 26    | Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».                         | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 27    | Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 28    | Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 29    | Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд». | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |       | <b>Тема 7. Народные игры</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 30    | Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.                                | 2         | беседа                       |
|  | 31    | Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 32    | Разучивание народных игр. Игра "Горелки".  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 33    | Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 34    | Разучивание народных игр. Игра "Мишени".   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 35-36 | <b>Праздник игр</b>  | <b>4</b>  | фестиваль                    |

#### Приложение к программе «Подвижные игры» №4

#### Календарно-тематическое планирование 4 год обучения

| Дата | № п\п | Тема занятия | Кол-во часов | Форма контроля |
|------|-------|--------------|--------------|----------------|
|------|-------|--------------|--------------|----------------|

|  |    |  |           |                              |
|--|----|--|-----------|------------------------------|
|  |    | <b>Тема 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры)</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 1  | Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.  | 2         | беседа                       |
|  | 2  | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 3  | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 4  | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 5  | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 2. Игры с мячом</b>  | <b>10</b> |                              |
|  | 6  | Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. | 2         | беседа                       |
|  | 7  | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 8  | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 9  | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»<br>Игра «Защитой ворота».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 10 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 3. Игра с прыжками</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 11 | Правила безопасного поведения при проведении подвижных игр.<br>Профилактика детского травматизма.<br>Разучивание считалок.                               | 2         | зачет                        |
|  | 12 | Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно».<br>Игра «Зайцы в огороде».   | 2         | контрольные игры по правилам |

|  |    |  |           |                              |
|--|----|--|-----------|------------------------------|
|  | 13 | Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «Белые медведи».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 14 | Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 15 | Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 4. Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)</b>                    | <b>10</b> |                              |
|  | 16 | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.                                    | 2         | тестирование                 |
|  | 17 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 18 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 19 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 20 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |    | <b>Тема 5. Зимние забавы</b>   | <b>8</b>  |                              |
|  | 21 | Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. | 2         | разгадывание кроссворда      |
|  | 22 | Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 23 | Игра «Кто дальше» (на лыжах).  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 24 | Игра «Быстрый лыжник».   | 2         | контрольные игры по правилам |

|  |       |  |           |                              |
|--|-------|--|-----------|------------------------------|
|  |       | <b>Тема 6. Эстафеты</b>  | <b>10</b> |                              |
|  | 25    | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок. | 2         | тестирование                 |
|  | 26    | Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.                   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 27    | Эстафета с лазанием и перелазанием.  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 28    | Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».                            | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 29    | Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  |       | <b>Тема 7. Народные игры</b>   | <b>10</b> |                              |
|  | 30    | Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.                             | 2         | беседа                       |
|  | 31    | Разучивание народных игр. Игра "Салки".  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 32    | Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 33    | Разучивание народных игр. Игра "Коршун".   | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 34    | Разучивание народных игр. Игра "Бабки".  | 2         | контрольные игры по правилам |
|  | 35-36 | <b>Праздник игр</b>  | <b>4</b>  | фестиваль                    |

Приложение №5

### Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Наименование темы                        | Форма занятия  | Дата проведения |
|-------|--|----------------|-----------------|
| 1.    | Игры на свежем воздухе «Поиграем вместе» | подвижные игры | 08.09.2021 г.   |

|     |   |                         |               |
|-----|---|-------------------------|---------------|
| 2.  | Участие в акции «Мусору – нет»                  | экологическая акция     | 13.10.2021 г. |
| 3.  | «Здоровое питание»                              | беседа                  | 24.11.2021 г. |
| 4.  | «Веселые старты»                                | спортивное соревнование | 08.12.2021 г. |
| 5.  | Игры на свежем воздухе «Зимние забавы»          | подвижные игры          | 05.01.2022 г. |
| 6.  | «А ну-ка мальчики»                              | спортивное соревнование | 17.02.2022 г. |
| 7.  | «Спорт – залог здоровья»                        | беседа                  | 05.03.2022 г. |
| 8.  | Участие в экологических акциях по уборке мусора | экологическая акция     | 24.04.2022 г. |
| 9.  | Родительское собрание по итогам года            | родительское собрание   | 26.05.2022 г. |
| 10. | Поиграем вместе «Встречаем лето»                | игровая программа       | 01.06.2022 г. |
| 11. | Экологическая акция «Чистый родник»             | экологическая акция     | 21.07.2022 г. |
| 12. | Экскурсия в зоопарк г. Липецк                   | экскурсия               | 11.08.2022 г. |