

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа № 417
Петродворцового района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического Совета
Протокол № 7
От «29» августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 90
от «29» августа 2019г.
директор ГБОУ школы № 417
_____ М.Б. Трофимова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Народные и подвижные игры»

Возраст учащихся: 7- 11 лет
Срок реализации: 2 года

РАЗРАБОТЧИК:
Волынец Елена Владимировна,
педагог дополнительного образования.

Пояснительная записка

Программа «Народные и подвижные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность. Уровень освоения- общекультурный.

Основная концептуальная идея программы «Народные и подвижные игры» осознание учащимися ценности здорового образа жизни.

Актуальность программы

Народная игра- это игра, широко распространенная в национальном сообществе в конкретный исторический период, отражающая особенности этого сообщества. Народные игры отражают культуру и менталитет нации, поэтому претерпевают существенные изменения под влиянием экономических, социальных, политических и прочих процессов. Игра- деятельность не продуктивная, ее мотивация заключается в самом игровом процессе. Но как бы игровой процесс не строился, и насколько бы сложны или просты ни были правила игры, она остается не только развлечением или физической тренировкой, но и средством психологической подготовки к будущим жизненным ситуациям. Без игры не мыслимо формирование человека, как полноценной личности. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора; движения точны и образны, часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами, заманчивыми и любимыми детьми считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший, неповторимый игровой фольклор.

Передача культурного наследия одного поколения другому и создание новых ценностей при динамичности современной эпохи становятся процессами, соизмеримыми по своим временным масштабам. Но в культурное наследие входят и ценности, которые создавались и осмысливались человечеством веками, а теперь должны быть переданы и усвоены за очень короткий отрезок времени. Поэтому необходимо обеспечить каждому ребенку минимум доступных средств для индивидуального развития, которые составили бы базу для освоения необходимых ему культурных ценностей. При этом доступность в данном случае никоим образом не следует понимать как упрощенность или сокращённость содержания, а всего лишь как форму усвоения. Культурная преемственность не осуществляется автоматически. Чтобы она происходила успешно, нужны усилия, нужна организация последовательной и внутренне согласованной системы.

На современном этапе дети имеют слабое представление о русских народных играх, забавах, развлечениях, составляющих основу национальной культуры России и физической подготовки их предков. Для преодоления этого недостатка в системе физкультурного образования предлагается внедрить русские народные игры и развлечения. Применение элементов русской культуры представляется особенно актуальным потому, что в населении России, отличающемся национальным многообразием, русские доминируют как нация, значительно превосходя по численности остальные народы и народности.

Адресат программы. Программа предназначена для учащихся 7-11 лет, желающих заниматься в объединении. Набор в группы свободный, без ограничений. Возможен дополнительный набор на 2-й год обучения по результатам собеседования.

Цель программы:

Возрождение традиций русской народной культуры через осознание роли народных игр в жизни людей.

Задачи программы:

Образовательная: вооружение детей необходимыми знаниями по физической культуре, формируемыми игровой деятельностью.

Развивающие:

- 1) содействие укреплению здоровья, разносторонней физической подготовленности, закаливанию растущего организма и профилактике заболеваний;
- 2) привитие интерес и потребность к повседневным занятиям подвижными играми

Воспитательная: формирование чувства ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

Программа базируется на следующих **принципах**: индивидуальности, доступности, преемственности, результативности обучения.

Условия реализации программы

Условия набора и формирования групп

При формировании групп принимаются учащиеся 7-11 лет, заинтересованные в изучении народных и подвижных игр и желающие заниматься в объединении. Количество детей в группе составляет 15 человек – 1 год обучения, 12 человек – 2 год обучения. В процессе обучения может быть осуществлен добор учащихся на основании возраста по собеседованию.

Особенности организации образовательного процесса

Сроки реализации и режим занятий. Данная программа рассчитана на 2 года обучения, всего 144 часа; 1-й учебный год – 72 часа, по 2 часа в неделю (2 раза по 45 минут), 2-й учебный год – 72 часа, по 2 часа в неделю (2 раза по 45 минут).

Используются следующие **формы организации деятельности** детей на занятиях: коллективная, групповая.

Групповая форма работы предполагает совместное изучение теоретического материала и выполнение общефизической подготовки.

Вариативность видов деятельности помогает разнообразить занятие, снять усталость и напряжение. Смена деятельности происходит несколько раз в течение занятия, что обеспечивает профилактику утомляемости у детей.

Формы проведения занятий:

учебное занятие,
беседа, диспут, тестирование.

Кадровое и материально-техническое обеспечение

Для достижения образовательных результатов необходимо современное материально-техническое оснащение.

Перечень необходимого оборудования в помещении для занятий:

№ п/п	Инвентарь	Количество
1.	Кубик	15 шт.
2.	Теннисный мяч	15 шт.
3.	Набивной мяч	8 шт.
4.	Гимнастическая палка	15 шт.
5.	Баскетбольный мяч	15 шт.
6.	Гимнастический мат	15 шт.
7.	Обруч	15 шт.
8.	Гимнастическая скакалка	15 шт.
9.	Бита для «лапты»	5 шт.
10.	Турник	5 шт.
11.	Гимнастическое бревно	1 шт.

12.	Гимнастический козел	1 шт.
-----	----------------------	-------

Планируемые результаты

Требования к результатам изучения программы выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое должно быть усвоено ребенком.

Ожидаемые результаты освоения программы:

Предметные результаты

Учащиеся должны

Должны знать	Должны уметь
<p>Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке.</p> <p>Сведения о режиме дня и личной гигиене. Значение физических упражнений для здоровья человека.</p> <p>Понятие о пульсе.</p> <p>Краткие исторические сведения о происхождении и развитии каждого вида программного материала, названии и упрощенных правилах игр.</p> <p>Безопасность на уроках физической культуры. Средства народной культуры. Историю возникновения народных игр.</p> <p>Историю возникновения русской народной игры «Лапта».</p>	<p>Легкая атлетика:</p> <p>Пробегать отрезки 15- 20 м.</p> <p>Бегать в равномерном темпе до 5 минут, кросс по слабопересеченной местности до 1000 м.</p> <p>Играть в лапту по упрощенным правилам с элементарными тактическими построениями.</p> <p>Ловить, делать передачи, броски индивидуально, в парах, стоя на месте и в шаге, с использованием облегченного мяча.</p> <p>Гимнастика:</p> <p>Выполнять строевые упражнения, комплекс утренней гимнастики с предметами и без предметов, упражнения в лазании и перелезании, акробатические упражнения.</p> <p>Баскетбол:</p> <p>Ловить, бросать, передавать баскетбольный мяч индивидуально и в парах, стоя на месте и в шаге. Выполнять ведения баскетбольного мяча.</p> <p>Играть в подвижные игры :«Кошечка», «Ветерок», «Цветок», «Вытолкни из круга», «Петухи», «Перетягивание в парах», «Козел», «Удочка», «Кто дальше?», «Два мороза», «Зайцы и морковь».</p> <p>Выполнять комплекс нормативов.</p>

Метапредметные результаты

У учащихся

Разовьются

- умение находить ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления;
- умение общаться со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- способность видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.

Личностные результаты

У учащихся

будут сформированы

- знания об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- знания об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма;
- способность активно включаться в совместные физкультурно- оздоровительные и спортивные мероприятия;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду;
- красивая осанка, умение длительно ее сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий подвижными играми;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

**Учебный план
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1	-	Входной контроль
2.	Легкая атлетика	12	2	10	Практические задания
3.	Гимнастика	9	2	7	Практические задания
4.	Воспитательные и массовые мероприятия	4	1	3	Практические задания
5.	Баскетбол	8	2	6	Практические задания
6.	Подвижные игры	14	4	10	Практические задания
7.	Народные игры	22	6	16	Практические задания
8.	Итоговые и контрольные занятия	2	2	-	Собеседование, промежуточная аттестация
	Итого	72	20	52	

**Учебный план
2 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	1	-	Входной контроль
3.	Легкая атлетика	12	2	10	Практические задания
4.	Гимнастика	9	2	7	Практические задания
5.	Воспитательные и массовые мероприятия	4	1	3	Практические задания
9.	Баскетбол	8	2	6	Практические задания
10.	Подвижные игры	14	4	10	Практические задания
11.	Народные игры	22	6	16	Практические задания
12.	Итоговые и контрольные занятия	2	2	-	Собеседование, итоговый контроль
	Итого	72	20	52	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01.09	31.05	36	72	72	2 раза в неделю по 1 часу
2 год обучения	1.09	31.05	36	72	72	2 раза в неделю по 1 часу