

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа поселка Борское  
Гвардейского муниципального округа Калининградской области»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 28.06.2024 г.  
Протокол № 10

Утверждаю  
Директор МБОУ «СШ пос. Борское»  
Питвинчук Т.Н.  
28.06.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности  
«Спортивные игры»**

Возраст обучающихся: 12-13 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:  
Белоконь  
Павел Григорьевич,  
учитель истории

пос. Борское, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

В сфере дополнительного образования существует множество проектов и программ, направленных на решение проблем развития двигательной активности.

Одной из таких является программа «Спортивные игры». Игра заменяет детям труд. Игра вводит ребенка в жизнь, в общение с окружающими, с природой, способствует приобретению знаний, трудовых навыков. Она как трудовая деятельность, всегда имеет цель. В подвижных играх это, стремление к достижению поставленной цели, ребята стараются быть внимательными, проявляют смекалку, инициативу, волю. Так как в каждой игре имеются правила, нарушать которые нельзя, то это дисциплинирует, воспитывает честность, требовательность к себе, выдержку. Следует иметь в виду и то, что изменчивость игровой обстановки и внезапно возникающие разнообразные условия борьбы за победу от участников требует верных решений и действий.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

В подвижной игровой деятельности детей активно сочетаются два фактора - с одной стороны, дети включаются в практическую деятельность, развиваются физически, с другой - получают морально-эстетическое удовлетворение от этой деятельности. Таким образом, физическое и нравственное значение данной программы - организация физкультурно-оздоровительной работы.

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» в своей основе использует и учитывает влияние физических нагрузок на организм ребенка, предназначена для приобщения детей к здоровому образу жизни, развитию физических возможностей обучающихся, формированию полноценной гармонично развитой личности ребенка.

Данная программа направлена на:

- формирование стремления к здоровому и активному образу жизни, сохранение физического здоровья, воли, характера, трудолюбия, самостоятельности,

- создание условий для развития личности ребенка, социальной адаптации и навыков коммуникабельности, как профилактики асоциального поведения,
- развитие мотивации к познанию спортивных дисциплин, создание условий для изучения подвижных русских народных игр на практике,
- развитие навыков работы в команде. Закономерно возросло внимание к здоровью детей в учреждениях дополнительного образования. Сегодня для решения этой проблемы педагог ориентируется не только на усвоение ребёнком знаний и представлений о здоровом образе жизни, но и становление его положительной мотивации на активную оздоровительную деятельность.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

Физическая культура - это вид культуры, сущностью которой является оптимальная двигательная деятельность, реализуемая посредством физического упражнения на основе материальных и духовных ценностей, специально созданных в обществе для физического совершенствования человека.

Подвижная игра – это сознательная двигательная активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. По определению П.Ф. Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Увлекательное содержание, эмоциональная насыщенность игры побуждают ребенка к определенным умственным и физическим усилиям.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – общекультурный (ознакомительный).

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

коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

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

#### **Практическая значимость образовательной программы**

По окончании обучения дети будут знать: технику безопасности на занятиях, историю развития спортивных игр, гигиену спортсмена, нормы врачебного контроля, комплекс физических упражнений, технику начальной подготовки. Научатся: вести подвижный, активный здоровый образ жизни, выполнять упражнения, способствующие укреплению здоровья, выполнять технико-тактические задачи в игровых видах спорта.

Результатом освоения программы можно считать участие обучающихся в соревнованиях данной направленности различного уровня.

#### **Принципы отбора содержания образовательной программы.**

- Принципы отбора содержания:
- Принцип доступности и индивидуализации
- Принцип постепенности
- Принцип совместной деятельности учителя и ученика
- Принцип систематичности и последовательности
- Принцип сознательности и активности
- Принцип наглядности

В основе принципов создания программы лежит концепция личностного и деятельного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

#### **Отличительные особенности программы**

Введение в программу комплекса подвижных русских народных игр с помощью специальной, методической литературы, периодической печати, этим она отличается от программы Министерства Образования РФ для общеобразовательных учреждений.

- Программа охватывает разные виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, игровые виды спорта (волейбол, баскетбол), где каждый ребенок может попробовать свои силы и определить для себя наиболее приемлемый вид спорта для дальнейших занятий в более старшем возрасте
- Занятия по данной программе построены с учетом интересов и потребностей детей. Периодически обучающиеся повторяют, изучают, совершенствуют материал, изученный в основных разделах программы:

- Физическая культура и различные виды спорта в России (беседы о массовом народном характере спорта в стране).
- Здоровье, гигиена и самоконтроль для активного образа жизни (Общие санитарно-гигиенические требования на занятиях).
- Общефизическая подготовка (выполнение общеразвивающих упражнений на различные группы мышц, на развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки).
- Подвижные игры (русские народные игры, игры на материале гимнастики, на материале спортивных игр).
- Контрольные игры и соревнования (Проверка знаний, умений и навыков детей в игровой и соревновательной форме).

Программа составлена с учетом потребностей учащихся, предусматривающих активную, подвижную деятельность.

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

#### **Задачи образовательной программы:**

##### **обучающие**

- осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;

##### **развивающие**

- развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;
- формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;

##### **воспитательные**

- воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;

#### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы**

Программа разработана для детей среднего школьного возраста, 12-13 лет. Основное условие для набора – это наличие желания.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Группа формируется из числа учащихся 6 класса образовательной организации, реализующей программу.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 10-25 человек.

**Форма обучения по образовательной программе – очная.**

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа, игровой режим - 30 минут.

**Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 1 год. На полное освоение программы требуется 72 часа, включая индивидуальные консультации.

**Основные методы обучения**

• **наглядные методы:** правильный, четкий показ образца движения или отдельных его элементов; подражание образцам окружающей жизни; использование зрительных; использование кино- и видеофильмов, фотографий, графиков, рисунков, телепередач, использование предметов, пособий, музыка, песни, ритм бубна, барабана, прибаутки, стихотворения.

• **вербальные (словесные) методы:** приемы краткого одновременного описания и объяснения физических упражнений, указания о выполнении движения, беседа, вопросы, команды, распоряжения, сигналы, считалки, образный сюжетный рассказ;

• **практические методы:** игровой и соревновательный методы. Игровой метод развивает познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка. Соревновательный метод совершенствует движения, развивает творчество.

**Планируемые результаты**

**Образовательные:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

**Развивающие:**

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать

собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

#### **Воспитательные:**

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

#### **Механизм оценивания образовательных результатов**

Уровень физической подготовленности учащихся 6 класса

Упражнения	Мальчики			Девочки		
	5	4	3	5	4	3
Челночный бег 4×9 м, сек	10,0	10,5	11,5	10,3	10,7	11,5
Бег 30 м, с	5,5	5,8	6,2	5,8	6,1	6,5
Бег 60 м, с	9,8	10,2	11,1	10,0	10,7	11,3
Бег 500 метров, мин				2,22	2,55	3,20
Бег 1.000 метров, мин	4,20	4,45	5,15			
Бег 2.000 метров	без времени					
Бег на лыжах 2 км, мин	13,30	14,00	14,30	14,00	14,30	15,00
Бег на лыжах 3 км, мин	19,00	20,00	22,00			
Прыжки в длину с места, см	175	165	145	165	155	140
Подтягивание на перекладине	8	6	4			
Отжимания в упоре лежа	20	15	10	15	10	5
Наклон вперед из	10	6	3	14	11	8

положения сидя						
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (пресс), раз	40	35	25	35	30	20
Прыжки на скакалке, за 20 секунд	46	44	42	48	46	44



## **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

Для проверки и оценки знаний, умений и навыков обучающихся используются следующие виды контроля:

Текущий контроль - наблюдение за деятельностью обучающихся на каждом занятии, тестовыми, игровыми заданиями по изучаемым темам.

Промежуточный контроль - отслеживание обучения детей проводится 2 раза в год, в сентябре (выявление базы физической подготовки ребенка), в апреле (результативность выполнения заданий, установленных нормативов).

Итоговый контроль - контрольные занятия, занятия-соревнования.

Результатом реализации программы являются:

1. Укрепление и сохранение здоровья, приобретение навыков оздоровления организма, ведения здорового образа жизни.
2. Выполненные детьми нормативы общефизических упражнений, овладение техникой в игровых видах спорта,
3. Участие в контрольных играх, занятиях-соревнованиях.

## **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

- Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и

способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

## **Материально-технические условия (обеспечение)**

1. Палка гимнастическая.
2. Скакалка детская.
3. Кегли.

4. Обруч пластиковый детский.
5. Мячи большие и малые.
6. Флажки: разметочные с опорой, стартовые.
7. Лента финишная.
8. Эстафетная палочка.
9. Свисток.
10. Жилетки игровые с номерами.
11. Ракетки
12. Гимнастические скамейки
13. Гимнастические маты

#### **Технические средства обучения**

1. Музыкальный центр.
2. Компьютер.
3. Мультимедийный проектор.
4. камера.
5. Интерактивное оборудование

**Спортивный зал и площадка, соответствующий санитарным нормам СанПин.**

#### **Кадровые**

Особых требований к педагогу, реализующему данную программу, нет.

#### **Оценочные и методические материалы Педагогический контроль**

№ п\п	Тема	Вид контроля
3	Упражнения для развития дистанционной скорости	Стартовый (сентябрь): - тестирование физических качеств; - диагностика физического развития.
29	Бег на длинные дистанции в медленном	Текущий (в течение года):

30	темпе. Подвижные игры  Прыжки в длину. Подвижные игры	- контроль учета посещаемости занятий; - проведение мониторинга заболеваемости обучающихся
36 37	Игры-эстафеты  Соревнования – поединки	Промежуточный: - тестирование физических качеств; - диагностика физического развития
66  68	Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: волейбола    Русские народные игры	Итоговый (май): - диагностика физической подготовленности; - диагностика физического развития;  - открытое занятие.

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

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

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

*текущий*– задания, которые выполняются в процессе обучения;

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

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

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- спортивные праздники;
- «День здоровья».

### **Методическое обеспечение**

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям воспитанников, его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**(72 часа, 2 часа в неделю)**

### **Содержание программы**

#### **1. Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре**

**Теория:** знакомство с детьми, ознакомление с программой; инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий.

**Практика:** проведение подвижных игр

#### **2. Общеразвивающие упражнения.**

**Теория:** ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений.

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

#### **3. Ходьба, бег, прыжки.**

**Теория:** виды ходьбы.

**Практика:** ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения. Бег прямолинейный, равномерный, с ускорением, с изменением направления и темпа движения, с преодолением препятствий.

Бег на короткие дистанции до 30 метров и на длинные в медленном темпе. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу, с места, с разбега, в длину, в высоту, с высоты. Подвижные игры

#### **4. Игры подвижные.**

**Теория:** виды игр.

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

#### **5. Совершенствование развивающих подвижных игр.**

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

**Практика:** игры на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов.

#### **6. Игры, эстафеты.**

**Теория:** знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр.

**Практика:** Игры-цеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.

Игры на реакцию.

Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом.

Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты.

Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.

Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, волейбола и т.д.

Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»

Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник.

Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д.

Старинные игры

Игры на меткость. Стрельба по мишеням. «Снежки»

Русские народные игры.

### **Учебный план**

№ п/п	Название раздела	теория	практика	Всего часов	Форма контроля
1	Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре	0,5	0,5	1	Опрос
2	Общеразвивающие упражнения.	1	16	17	Обобщение знаний и умений, тестирование
3	Ходьба, бег, прыжки.	1	9	10	Обобщение знаний и умений, тестирование
4.	Игры подвижные.	1	7	8	Показ, имитация, рассказ
5.	Совершенствование развивающих, подвижных игр.	1	16	17	Обобщение знаний и умений, тестирование
6.	Игры, эстафеты.	1	18	19	Обобщение знаний и умений, тестирование
	Итого	5,5	66,5	72	

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры»
1.	Начало учебного года	01 сентября 2024 года
2.	Продолжительность учебного периода на каждом году обучения	36 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Кол-во занятий в учебном году	72 занятия
6.	Кол-во часов в учебном году	72 часа
7.	Окончание учебного года	31 мая 2025 года
8.	Период реализации программы	с 01 сентября 2024 года по 31 мая 2025 года

### Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	4.09.2024	12.20- 13.05	Лекция, практическое занятие	1	Инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений	МБОУ «СШ пос. Борское»	Рассказ, опрос
						от естественных двигательных действий.		

2.	Сентябрь	6.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений. без предметов	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
3.	Сентябрь	11.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения для развития дистанционной скорости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Выполнение нормативов, тестирование
4.	Сентябрь	13.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения для развития ловкости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
5.	Сентябрь	18.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения для развития гибкости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Тестирование
6.	Сентябрь	20.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения для развития быстроты	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
7.	Сентябрь	25.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения для развития внимания.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
8.	Сентябрь	27.09.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения из других видов спорта.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
9.	Октябрь	02.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
10.	Октябрь	04.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Комплексы упражнений на формирование правильной осанки с предметами.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
11.	Октябрь	09.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Упражнения с разными видами дыхания.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ



12.	Октябрь	11.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на внимание – «Выбери друга»	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
13.	Октябрь	16.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Рекреационные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
14.	Октябрь	18.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Подвижные игры с шарами Изучение правил игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, рассказ
15.	Октябрь	23.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Подвижные групповые игры для мальчиков и девочек	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, рассказ
16.	Октябрь	25.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Подвижные игры с обручем и скакалкой Изучение правил игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
17.	Октябрь	30.10.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
18.	Ноябрь	1.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с играми разных народов. Игры: «Найди платок» - Австрия, «Лиса и квочка» - Турция, «Аист и лягушка» - Япония, «Золотоезерняк» - Белоруссия, «Стрельба в мишень» - Тувинская..	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
19.	Ноябрь	6.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры малой интенсивности	МБОУ «СШ пос. Борское»	

20.	Ноябрь	8.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Силовые игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
21.	Ноябрь	13.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры, способствующие развитию основных физических качеств.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
22.	Ноябрь	15.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с зимними играми. Игра «Ловцы снега».	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
23.	Ноябрь	20.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Теория: виды ходьбы	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
24.	Ноябрь	22.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
25.	Ноябрь	27.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Бег прямой, Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
26.	Ноябрь	29.11.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Бег равномерный, с ускорением. Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
27.	Декабрь	4.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Бег с изменением направления и темпа движения. Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
28.	Декабрь	6.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Бег с преодолением препятствий.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
						на короткие дистанции до 30 метров Подвижные игры		

29.	Декабрь	11.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений, тестирование
30.	Декабрь	13.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Прыжки в длину. Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений, тестирование
31.	Декабрь	18.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Прыжки в высоту. Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
32.	Декабрь	20.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Прыжки с высоты. Подвижные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
33.	Декабрь	25.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры подвижные. Теория: виды игр. Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
34.	Декабрь	27.12.2024	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Разучивание специальных упражнений: построение в круг. Групповые игры без деления на команды	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
35.	Январь	15.01.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Разучивание специальных упражнений: фигурная маршрутовка	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
						Командные игры		

36.	Январь	17.01.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры-эстафеты	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений, тестирование
37.	Январь	22.01.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Спортивный праздник Игра «Веселые старты»	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений, тестирование
38.	Январь	24.01.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Большая игра с малым мячом.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
39.	Январь	29.01.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Прыгалки – скакалки	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
40.	Январь	30.01.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Спортивные развлечения и забавы на площадке	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
41.	Февраль	5.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие координации и движения	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
42.	Февраль	7.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие скорости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
43.	Февраль	12.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие ловкости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
44.	Февраль	14.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие выносливости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
45.	Февраль	19.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие гибкости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
46.	Февраль	21.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами	МБОУ «СШ пос.	Показ, имитация,

						игр на развитие быстроты, внимания	Борское»	рассказ
47.	Февраль	26.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Знакомство с правилами игр на развитие внимания	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
48.	Февраль	28.02.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие координации и движения	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
49.	Март	4.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие скорости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
50.	Март	6.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие ловкости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
51.	Март	11.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие выносливости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
52.	Март	13.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие гибкости	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
53.	Март	18.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие быстроты	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
54.	Март	20.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие на формирование правильной осанки	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
55.	Март	25.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие быстроты внимания	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
56.	Март	27.03.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на расслабление мышц	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
57.	Апрель	1.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на развитие подвижности и суставов.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
58.	Апрель	3.04.2025	12.20-	Практическое	1	Знакомство	МБОУ	Показ,

			13.05	ое занятие		с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр.	«СШ пос. Борское»	имитация, рассказ
59.	Апрель	8.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
60.	Апрель	10.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры на реакцию. Догонялки.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
61.	Апрель	15.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
62.	Апрель	17.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Игры эстафеты	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
63.	Апрель	22.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим)	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений

						необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков		
64.	Апрель	24.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
65.	Апрель	29.04.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
66.	Май	6.05.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: волейбола	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
67.	Май	8.05.2025	12.20-13.05	Практико-теоретическое занятие	1	Просмотр фильмов о Великой отечественной войне. Эстафета «Озорные мячики»	МБОУ «СШ пос. Борское»	Обобщение знаний и умений
68.	Май	13.05.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Русские народные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	открытое занятие
69.	Май	15.05.2025	12.20-13.05	Теоритическое занятие	1	Просмотр фильма на тему: «Спорт в жизни каждого»	МБОУ «СШ пос. Борское»	Показ, имитация, рассказ
70.	Май	20.05.2025	12.20-13.05	Практическое занятие	1	Русские народные игры	МБОУ «СШ пос. Борское»	открытое занятие
71.	Май	22.05.2025	12.20-	Практическое	1	Соревновани	МБОУ	открытое

			13.05	ое занятие		е игры ГТО	«СШ пос. Борское»	занятие
72.	Май	27.05.2025	12.20-13.05	Спортивный праздник Игра «Веселые старты»	1	Эстафеты	МБОУ «СШ пос. Борское»	открытое занятие

### **Рабочая программа воспитания**

**Цель воспитания** - создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

#### **Задачи воспитания:**

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование и пропаганда здорового образа жизни.

#### **Результат воспитания:**

- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала ребят в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу и посёлку.

#### **Формы воспитательной работы в детском объединении:**

- Беседы;
- Праздники;
- Игровые программы;
- Соревнования;

Воспитательная деятельность осуществляется по следующим направлениям:

- духовно-нравственное развитие, нацеленное на расширение ценностно-смысловой сферы личности и приобщение к базовым национальным ценностям: Родина, Человек, Здоровье, Семья, Социальная солидарность, Закон, Труд, Знание, Культура, Природа;
- позитивная социализация школьников в процессе общественно-полезной деятельности детско-взрослой общности;



- поддержка жизненных устремлений, социальных инициатив и учета индивидуальных потребностей детей и юношества, оказание помощи в трудной жизненной ситуации.

### Календарный план воспитательной работы

№	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Ответственный	Планируемый результат
1	Духовно-нравственное направление	Просмотр фильма на тему: «Спорт в жизни каждого»	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Воспитание человека, способного к принятию ответственных решений и к проявлению нравственного поведения в любых жизненных ситуациях
2	Социально-культурная практика	Спортивный праздник Игра «Веселые старты»	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Формирование и пропаганда здорового образа жизни. Развитие силы и ловкости
3	Социально-культурная практика	Спортивный праздник Эстафета с предметами и без	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Развитие скоростных качеств ловкости быстроты
4	Социально-культурная практика	Праздник «Встреча зимних видов спорта»	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Формирование и пропаганда здорового образа жизни Развитие силы и ловкости

5	Спортивно-оздоровительное направление	Эстафеты с мячами	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Развитие скоростных качеств ловкости, быстроты. Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, шаром
6	Спортивно-оздоровительное направление	«Руки вместо ног» Малоподвижная игра «Котик к печке подошел»	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Соблюдение правил игры; развитие игровых умений; умение договариваться, сотрудничать, взаимодействовать
7	Спортивно-оздоровительное направление	«Собери орехи» Малоподвижная игра «Две подружки»	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Прыжки укрепляют и развивают мышцы ног.
8	Спортивно-оздоровительное направление	«Ловишки-перебежки» Малоподвижная игра «Пропавшие ручки»	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Игры с бегом дети усваивают быстрее чем ходьбу— возрастает скорость бега, улучшается пространственная ориентировка в процессе его выполнения, дети с большей лёгкостью меняют направление, оббегают препятствия, придерживаются заданного направления.

9	Духовно-нравственное развитие	Просмотр фильмов о Великой отечественной войне	Во время уроков	Белоконь П.Г.	Воспитание человека, способного к принятию ответственных решений и к проявлению нравственного поведения в любых жизненных ситуациях
---	-------------------------------	--	-----------------	---------------	---

### **Список литературы**

#### **Нормативные правовые акты**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

**Для педагога дополнительного образования**

1. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2003.
2. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 2008.
3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту, 2005.
4. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 2001.
5. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2006.

#### **Список литературы для учащихся**

1. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений; Владос - Москва, 2017.
2. Степаненкова Э. Я., Сборник подвижных игр. - СПб.: Речь, 2016.
3. Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.
4. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 2008.
5. Шамаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 2007.