

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №3 г. Зеленокумска  
Советского района» Ставропольского края**

Принята на заседании методического совета школы

от « 30 » августа 2022г.

Протокол № 401

Утверждаю:

Директор МОУ «СОШ №3

г.Зеленокумска»

\_\_\_\_\_ Г. В. Иванова

«30» августа 2022г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**Юный спортсмен**

Направленность:

Физкультурно-спортивная

Период обучения: 1 года

для учащихся 8-12 лет Составитель:

учитель физической культуры

МОУ «СОШ №3 г Зеленокумска Курипко И.В

### Пояснительная записка

-Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобразования РФ от 2010г;  
-Базисного учебного плана общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденного приказом Минобразования РФ .

Программа «Юный спортсмен» имеет **физкультурно-оздоровительную направленность**. .

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей 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.

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 дети 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.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Целесообразность программа «Юный спортсмен» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Занятия проводятся на улице (спортивной площадке), в спортивном зале .

**Цель программы:** достижение всестороннего развития личности ребенка, на основе физического развития, укрепления здоровья.

**Задачи:****Образовательные:**

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Расширение кругозора младших школьников.

**Развивающие:**

1. Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
2. Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
3. 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.
- **Формы занятий.** Ведущей формой организации обучения является **групповая**.

**Продолжительность занятий:**

1 год обучения – 2 раз в неделю по 1:30 часа

**Результат реализации программы «Юный спортсмен»:**

Универсальные учебные действия (УУД)	Результат
<b>Личностные</b>	- мотивационная основа на занятия подвижными играми; - учебно-познавательный интерес к занятиям.
<b>Регулятивные</b>	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; - планировать свои действия при выполнении упражнений с предметами и без и условиями их реализации; - учитывать правило в планировании и контроле способа решения;

	- адекватно воспринимать оценку учителя; -оценивать правильность выполнения двигательных действий.
<b>Познавательные</b>	- осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий в играх - выражать творческое отношение к игровому процессу. повышение физической подготовленности.
<b>Коммуникативные</b>	- уметь слушать и вступать в диалог; - участвовать в коллективном обсуждении о правилах и приемах игры. -проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности(смелость, волю, решительность, активность и инициативность) -проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр; -проявлять доброжелательность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности;

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

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

Методическое обеспечение. 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. Организация работы групповая

- **Формы контроля:** мониторинг.
- **Прогнозируемый результат:**
- 1. Улучшение здоровья учащихся
- 2. Повышение интереса к занятиям физической культуры.

Тематический план

№	Дата	Тема занятия	Кол-во час	Вид контроля
1		Игры с элементами общеразвивающих упражнений	3	Индивидуальный, групповой
2		Игры «Класс, смирно!», «Фигуры», «Угадай чей голосок»	3	Индивидуальный, групповой
3		Игры: «Запрещенное движение», «Совушка», «Выставка картин»	3	Индивидуальный, групповой
4		Игры «Товарищ командир», «Светофор», «Угадай, чей голосок?»	3	Индивидуальный, групповой
5		Игры: «Космонавты», «Мяч соседу», «Запрещенное движение»	3	Индивидуальный, групповой
6		Игры: «Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	3	Индивидуальный, групповой
7		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом: «Караси и щуки »,	3	Индивидуальный, групповой

		«Пустое место »		
8		Игры: «Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	3	Индивидуальный, групповой
9		Игры: «Запрещенное движение», «Альпинисты», «Совушка»	3	Индивидуальный, групповой
10		Игры: «Фигуры », «Гонка мечей по кругу », «Эстафета с лазаньем »	3	Индивидуальный, групповой
11		Подвижная игра «Народный мяч»	3	Индивидуальный, групповой
12		Подвижная игра «Народный мяч»	3	Индивидуальный, групповой
13		Подвижная игра «Народный мяч»	3	Индивидуальный, групповой
14		Игры: «К своим флажкам », «Фигуры », «Салки »	3	Индивидуальный, групповой
15		Подвижная игра «Перестрелка»	3	Индивидуальный, групповой
16		Подвижная игра «Перестрелка»	3	Индивидуальный, групповой
17		Подвижная игра «Перестрелка»		Индивидуальный, групповой
18		Игры: «Класс, смирно! », «Гуси - лебеди », «Через кочки, пенечки »	3	Индивидуальный, групповой

19		Игры: «Бездомный заяц », «Караси и щуки », ««Совушка» »	3	Индивидуальный, групповой
20		Игры: «Фигуры », «Невод », «День и ночь » «Класс, смирно! »	3	Индивидуальный, групповой
21		Игры: «Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	3	Индивидуальный, групповой
22		Игры с бегом: «Через кочки , пенечки», «Совушка»	3	Индивидуальный, групповой
23		Игры: «Запрещенное движение », «Два Мороза », «Пустое место »	3	Индивидуальный, групповой
24		Игры: «Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	3	Индивидуальный, групповой
25		Игры: «Запрещенное движение», «Невидимка », «Эстафета с лазаньем »	3	Индивидуальный, групповой
26		Игры «Товарищ командир», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок?»	3	Индивидуальный, групповой
27		Игры: «Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	3	Индивидуальный, групповой

28		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом: «Караси и щуки », «Пустое место »	3	Индивидуальный, групповой
29		Игры с мячом: «Мяч среднему », «Гонка мечей по кругу », «Эстафета с мячом »	3	Индивидуальный, групповой
30		Игры с бегом: «Через кочки , пенечки», «Совушка»	3	Индивидуальный, групповой
31		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом: «Караси и щуки », «Пустое место »	3	Индивидуальный, групповой
32		Подвижная игра «Салки», Эстафеты с мячами.	3	Индивидуальный, групповой
33		Подвижная игра «Караси и щука», Эстафеты с обручами.	3	Индивидуальный, групповой
34		Игры с бегом: «Через кочки , пенечки», «Совушка»	3	Индивидуальный, групповой



**Список литературы:**

1. Рабочие программы Физическая культура. А.П.Матвеев 1-4 классы: М. «Просвещение»,2011
2. Г.А. Воронина. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников». Киров, КИПК и ПРО, 2007
3. В.К.Шурухина.Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980
4. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
5. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №3 г. Зеленокумска**

