

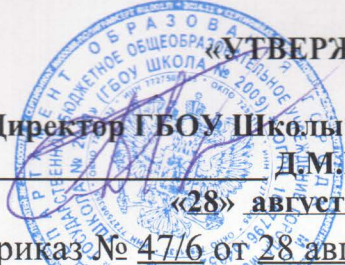
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 2009»  
(ГБОУ Школа № 2009)

117041, г. Москва, ул. Адмирала Руднева, д.16, корп.1.

тел/ф: 495/717-19-45, [2009@edu.mos.ru](mailto:2009@edu.mos.ru)

Принято на  
педагогическом совете  
Протокол № 1 от  
« 28 » августа 2015 г

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГБОУ Школы № 2009  
Д.М.Гесслер  
«28» августа 2015г  
Приказ № 47/6 от 28 августа 2015г.



**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**физкультурно-спортивной направленности**  
**по предмету « Подвижные игры »**  
*для детей 7-10 лет*

Срок реализации программы: 1 год



Составитель:

Педагог дополнительного образования: Чумаченко Андрей  
Андреевич

г. Москва 2015 г.

## Пояснительная записка

Подвижные игры являются одним из самых массовых и доступных средств физического воспитания детей, начиная с самого раннего возраста.

Игра - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра может быть средством самопознания, развлечения, отдыха, средством физического и общего социального воспитания, средством спорта. Игры, используемые для физического воспитания, очень разнообразны. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры. Большое образовательное значение имеют подвижные игры, проводимые на местности в летних и зимних условиях.

Правильно ходить, быстро бегать, смело прыгать, ловко лазать и бросать мяч ребенок проще всего научится в подвижной игре, когда он незаметно для себя, без принуждения выполняет ваши требования и совершенствуется как в двигательном развитии, так и в умении правильно вести себя в коллективе.

При проведении занятий можно выделить два направления:

**оздоровительная направленность**, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

**повышение двигательной подготовленности учащихся**, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся во внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

Программа курса рассчитана для детей начальной школы(1-4классы).

Что по плану составляет:

1 класс-66ч.

2 класс-68ч.

3 класс-68ч.

4 класс-68ч.

## **Основные цели курса:**

- 1) популяризация подвижных игр;
- 2) дать возможность каждому ребёнку побывать в движении, почувствовать своё тело;
- 3) развитие мышечной активности;
- 4) осознание необходимости заниматься спортом, развивать собственные физические возможности;
- 5) формирование у учащихся сознания необходимости подвижных игр для сохранения собственного здоровья.

## **Основные задачи курса:**

- 1) укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию;
- 2) содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них;
- 3) воспитывать у детей необходимые морально-волевые и физические качества;
- 4) прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми.

## **Универсальные учебные действия:**

### **Личностные универсальные учебные действия:**

- *мотивационная основа на занятиях подвижных игр;*
- *учебно-познавательный интерес к занятиям подвижных игр.*

### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- *умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);*
- *планировать свои действия при игре;*
- *учитывать правило в планировании и контроле способа решения;*
- *адекватно воспринимать оценку учителя;*

- ✓ *оценивать правильность выполнения двигательных действий.*

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- ✓ *осуществлять анализ выполненных действий при игре;*
- ✓ *активно включаться в процесс выполнения заданий;*
- ✓ *выражать творческое отношение к выполнению заданий.*

## **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- ✓ - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;
- ✓ - участвовать в коллективном обсуждении.

## **Планируемые результаты:**

- ✓ у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- ✓ сформировано начальное представление о культуре движения;
- ✓ младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- ✓ обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- ✓ умение работать в коллективе.
- ✓ снижение заболеваемости школьников.
- ✓ снижение психоэмоциональных расстройств.

## **Список используемой литературы:**

- 1.Конторович М.М., Михайлова Л.И. Подвижные игры  
Государственное учебное педагогическое издательство  
Министерства просвещения РСФСР Москва – 1957г.*
- 2.Сборник игр к «Программе воспитания» Сост. Е.Г.Батурина. Изд.3-е,  
перераб. и доп.М., «Просвещение». 1974.*

3. В.К. Шурухина. *Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы.* М. Просвещение. 1980г.

4. Е.М. Геллер. *Игры на переменах для школьников 1-3 кл.* М. Физкультура и спорт. 1985г.

5. Е.м. Минский. *Игры и развлечения в группе продлённого дня.* М. Просвещение. 1983г.

6. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. *Подвижные игры.* М. Просвещение, 1977г.

7. Г.А. Воронина. *Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников.* Киров, КИПК и ПРО 2007г.

Согласовано

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
руководитель МООУ \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)

Согласовано

Зам.директора по УВР  
\_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2014 г.

№ п/п	Содержание.	Кол –во часов.	Дата проведения.	
			По плану.	По факту.
1.	«Овладей мячом».	1		
2.	«Водяной».	1		
3.	«Запрещённое движение».	1		
4.	«Иголка и нитка».	1		
5.	«Кошки – мышки».	1		
6.	«Попади в цель».	1		
7.	«Кого называли, тот ловит мяч».	1		
8.	«Эстафета зверей».	1		
9.	«Птицы в клетке».	1		
10.	Повторение знакомых игр.	1		
11.	«Охотники и утки».	1		
12.	«Совушка».	1		
13.	Эстафеты с мячом.	1		
14.	«Белые медведи».	1		
15.	«Что изменилось?»	1		
16.	«Перепрыгни ручеёк».	1		
17.	«Перелёт птиц».	1		
18.	«С какой ветки эти детки?»	1		
19.	«У медведя во бору».	1		
20.	Повторение знакомых игр.	1		
21.	«Быстро по местам».	1		
22.	«Пятнашки».	1		
23.	«Гонка мячей».	1		
24.	«Змейка».	1		
25.	«Паук и мухи».	1		
26.	«Лови последнего».	1		
27.	«Поезда».	1		
28.	«Фигуры».	1		
29.	«Медведь и пчёлы».	1		
30.	Повторение знакомых игр.	1		
31.	«Гуси – лебеди».	1		
32.	«Море волнуется».	1		
33.	«Кот идёт».	1		
34.	«Козлёнок».	1		
35.	«Кто быстрее?»	1		
36.	«Бери и убегай».	1		
37.	«Лиса и куры».	1		
38.	«Карусель».	1		
39.	«Мяч».	1		
40.	Повторение знакомых игр.	1		
41.	«Бездомный зайчик».	1		

42.	«Наседка и цыплята».	1		
43.	«Ночная охота».	1		
44.	«Не попадись».	1		
45.	«Пугало».	1		
46.	«Передал – садись».	1		
47.	Эстафеты с предметами.	1		
48.	«Узнай, чей голосок».	1		
49.	«Король мавров».	1		
50.	Повторение знакомых игр.	1		
51.	«Лови последнего».	1		
52.	«Попрыгунчики – воробушки».	1		
53.	«Третий лишний».	1		
54.	Игры с мячом.	1		
55.	«Космонавты».	1		
56.	«Быстро по местам».	1		
57.	«Подвижная цель».	1		
58.	«Мужичок».	1		
59.	«К своим флажкам».	1		
60.	Повторение знакомых игр.	1		
61.	«Второй лишний».	1		
62.	«Кумушка».	1		
63.	«Собачка».	1		
64.	«Вьюны».	1		
65.	«Поймай комара».	1		
66.	«Ловишки».	1		
67.	«Ловля обезьян».	1		
68.	Повторение знакомых игр	1		