**Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.**

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Поиграй-ка» относится к программам физкультурно-спортивной направленности (предмет – подвижные игры), так как обучение по данной программе призвано обеспечить необходимый уровень развития жизненно важных двигательных навыков и физических качеств, создавать предпосылки для формирования у учащихся таких общечеловеческих ценностей, как здоровье, физическое и психическое благополучие.

Программа «Поиграй-ка» разработана с учетом следующих нормативных документов:

* Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее – ФЗ № 273);
* Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция);
* Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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».
* Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы»
* Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-Ф3 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

**Актуальность программы**

В последнее время отмечается тенденция к использованию разнообразных средств физической культуры, в том числе и подвижные игры.

Подвижные игры являются самым универсальным и доступным средством развития физической активности детей. Игры оказывают всестороннее, комплексное воздействие на организм ребёнка, способствуют не только физическому, но и нравственному, умственному, трудовому и эстетическому воспитанию.

**Педагогическая целесообразность программы**

Программа «Поиграй-ка» позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Содержание программы подвижных 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.

**Отличительные особенности программы**

В основе программы 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.

Особенно ценным в программе является проведение подвижных игр на свежем воздухе. Игры на открытом воздухе (с учетом погоды) способствуют закаливанию детей. Подвижные игры могут быть активным отдыхом после длительной умственной деятельности.

**Адресат программы**

Программа разработана на детей разного возраста из расчёта 2 часа в неделю, 8 часов. В объединение принимаются дети, не имеющие специальных навыков.

При правильной организации занятий с учетом возрастных особенностей и физической подготовленности занимающихся подвижные игры оказывают благоприятное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей и подростков. А также повышают функциональную деятельность организма.

**Уровень программы, объем и сроки реализации программы**

Программа рассчитана на один месяц, 8 часов.

Содержание и материал программы относятся к базовому уровню сложности и включает в себя: разнообразные подвижные игры по своему содержанию и организации. Первая группа игр имеет сюжет, роли и правила, тесно связанные с сюжетом; игровые действия в них производятся в соответствии с требованиями, заданной ролью и правилами. Во второй группе игр сюжет и роли отсутствуют, предложены только двигательные задания, регулируемые правилами, которые определяют последовательность, быстроту и ловкость их выполнения.

В третьей группе сюжет, действия играющих обусловлены текстом, определяющим характер движений и их последовательность.

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий**

Режим работы объединения – 2 часа в неделю продолжительностью 45 минут с перерывом 10 мин.

**Особенности организации образовательного процесса**.

Программа предусматривает групповую форму занятий, с индивидуальным подходом к каждому учащемуся. Состав группы постоянный, разновозрастной.

Занятия по программе состоят из теоретической и практической части, наибольшее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть занятий максимально компактна и включает себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

При проведении практической части выбор игр, прежде всего, зависит от задачи, поставленной перед занятием. Определяя её, педагог учитывает возрастные особенности детей, их развитие, физическую подготовленность, количество детей и условия проведения игр. Выбор игры непосредственно зависит от места её проведения. В небольшом зале проводятся игры с линейным построением, игры, в которых участвуют поочерёдно. При проведении игр на воздухе необходимо учитывать состояние погоды. Если температура воздуха низкая, то все участники должны действовать активно, в жаркую погоду лучше использовать малоподвижные игры, в которых участники выполняют игровое задание поочерёдно.  
 Приступая к проведению подвижных игр, педагог обязан ясно и доступно объяснить правила игры: название игры; роль играющих и их места расположения; ход игры; цель игры; правила игры. Для лучшего усвоения игры рассказ рекомендуется сопровождать показом.

**Формы проведения занятий:** беседа, рассказ, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника; наглядность упражнений (показ упражнений и др.); наблюдение, открытое занятие, практическое занятие, соревнования.

**Цель программы:** формирование здорового образа жизни учащихся, мотивации к занятиям спортом посредством подвижных игр и обучение их сознательному применению физических упражнений.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

* научить детей играть активно и самостоятельно;
* укреплять здоровье занимающихся;
* способствовать их правильному физическому развитию;
* вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды;
* находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;
* формировать знания о режиме дня, правильном питании, санитарно-гигиенических нормах.

**Личностные:**

* готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию;
* готовность и способность вести диалог со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, творческой деятельности;
* освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах;
* сформированность нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
* сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; знание правил поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

**Метапредметные:**

* формировать умение самостоятельно определять цели, планировать пути достижения целей,
* формировать умение решать собственные проблемы, определять главную проблему, выдвигать версии ее решения;
* формировать навыки определять совместно с педагогом критерии планируемых результатов и критерии своей учебной деятельности;
* формировать умение понимать причины собственного успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* воспитывать готовность находить компромиссы и общие решения в конфликтных ситуациях со сверстниками, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций; учить работать в группе и индивидуально;

**Учебный план программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел, тема** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ:  – ТБ, инструктаж;  – цели и задачи программы «Поиграй-ка»; | 1 | 1 | - | беседа, опрос,  обсуждение |
| 2. | Игры:  - «Снежный ком»;  - «Третий лишний»;  - «Светофор» | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
| 3. | Игры:  - «Съедобное и несъедобное»;  - «Кто быстрее»;  - «Краски» | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
| 4. | Игра: «Мяч с 4-х сторон» | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
| 5. | «Веселые эстафеты» | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
| 6. | Игры:  - «Удочка»;  - «Сокол и голуби»;  - «Десяточки» | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
| 7. | Игра: «Волейбол» по упрощенным правилам | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
| 8. | Игра: «Вышибалы» | 1 | - | 1 | рассказ, опрос,  обсуждение |
|  | Итого: | 8 | 1 | 7 |  |

**Содержание программы «Поиграй -ка»**

**Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности и охране труда.**

**Теория:** знакомство с учащимися. Проведение инструктажа по технике безопасности и охране труда. Знакомство с общими правилами поведения в спортивном зале, требованиями и организацией образовательного процесса в кружке «Поиграй - ка».

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение.

**Тема 2. Подвижные игры.**

**Практика:** игра - знакомство«Снежный ком»; игры с бегом и прыжками «Третий лишний»; «Светофор»

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение.

**Тема 3. Подвижные игры.**

**Практика:** игра с мячами«Съедобное и несъедобное»; игра с фитболами «Кто быстрее»; игра с бегом «Краски»

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение.

**Тема 4. Подвижные игры.**

**Практика:** «Мяч с 4-х сторон»

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение.

**Тема 5. Подвижные игры.**

**Практика:** «Веселые эстафеты» с мячами, гимнастическими палочками, обручами.

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение.

**Тема 6. Подвижные игры.**

**Практика:** игра с гимнастическими скакалками, обручами«Удочка»; «Сокол и голуби»; «Десяточки»

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение.

**Тема 7. Подвижные игры.**

**Практика:** Игра: «Волейбол» по упрощенным правилам.

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение

**Тема 8. Подвижные игры.**

**Практика:** Игра: «Вышибалы»

**Формы контроля:** беседа, опрос, обсуждение

**Планируемые результаты**

***В результате освоения программы, учащиеся будут знать:***

* правила проведения игр, эстафет;
* основные факторы, влияющие на здоровье человека;
* основы правильного питания, режима дня;
* правила поведения во время игры.

***По окончании учебного года обучения будут уметь:***

* играть самостоятельно;
* использовать спортивный инвентарь;
* разбираться в любой игровой ситуации, регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
* приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды;
* находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу.

***В результате освоения программы у учащихся будут сформированы личностные универсальные учебные действия:***

* готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию;
* готовность и способность вести диалог со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, творческой деятельности;
* освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах;
* сформированность нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
* сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; знание правил поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

***Метапредметные результаты.***

***В результате освоения программы, учащиеся смогут:***

* самостоятельно определять цели самостоятельно определять цели, планировать пути достижения целей,
* идентифицировать собственные проблемы, определять главную проблему, выдвигать версии их решения;
* определять совместно с педагогом критерии планируемых результатов и критерии своей учебной деятельности;
* самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
* принимать позицию собеседника, строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
* критически относиться к собственному мнению, уметь признавать ошибочность своего мнения и корректировать его;
* находить компромиссы и общие решения разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;

**Календарный учебный график на 2021/2021 учебный год:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **1 месяц** |
| **Продолжительность учебного года** | с 01.06.2021г. по 31.06.2021г. |
| **Продолжительность учебно-образовательного процесса** | месяц |
| **Режим занятий** | 2 раза в неделю по  1 учебному часу |
| **Длительность академического часа** | 45 мин. |
| **Продолжительность перерывов между занятиями** | не менее 10 мин. |
| **Сроки проведения промежуточной аттестации** | с 26.06.2021г. по 30.06.2021г. |
| **Каникулярное время** | Летние каникулы: 01.07.2021 г. – 31.08.2021 г. |
| **Режим работы в каникулярное время** | В период летних каникул – по плану воспитательных мероприятий |
| **Праздничные (выходные дни)** | 12 июня – День России |

**Условия реализации программы:**

**Материально-техническое обеспечение:**

Для успешной организации учебного процесса необходимо наличие:

* спортивного зала для занятий с детьми, имеющего достаточное освещение и оборудованного в соответствии с нормами СанПиН;
* оборудования: гимнастические скамейки
* аудио и видео техники для звукового сопровождения занятий

**Перечень оборудования и спортивного инвентаря для реализации данной программы:**

* гимнастические скакалки;
* гимнастические мячики;
* волейбольный мяч;
* фитбол;
* обручи

**Информационное обеспечение:**

<https://uchitelya.com/pedagogika/183403-kartoteka-podvizhnyh-igr-dlya-vseh-> vozrostnyh-grupp-dou.html

**Кадровое обеспечение:** Педагог дополнительного образования со специальным профильным, педагогическим образованием.

**Формы аттестации:**

Для оценки уровня и качества освоения учащимися материала данной образовательной программы проводится аттестация.

**Цель аттестации** – выявление вводного, текущего и промежуточного уровня теоретических знаний, практических умений и навыков, личностных качеств учащихся, их соответствия прогнозируемым результатам программы.

**Виды аттестации**:

входной контроль – это оценка исходного уровня знаний учащихся перед началом образовательного процесса.

* текущий контроль – это оценка качества освоения учащимися содержания программы в период обучения после входного контроля до итоговой аттестации.
* промежуточная аттестация – это оценка качества освоения учащимися содержания программы по завершении образовательного курса.

Аттестация включает в себя проверку теоретических знаний, практических умений и навыков, уровня развития личностных качеств учащихся.

**Формы проведения аттестации** могут быть следующими: наблюдение, тестирование, опрос, практические задания.

**Содержание аттестации:** материалы для проведения итоговой аттестации приведены в Приложении.

**Критерии оценки результатов освоения программы** определяют отнесенность учащегося к одному из трех видов результативности: высокий, средний, низкий:

* высокий уровень– учащийся освоил практически весь объем знаний, на 70-100% овладел умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период;
* средний уровень– у учащегося объем освоенных знаний, умений и навыков составляет 50-70% от объема, предусмотренного программой за конкретный период;
* низкий уровень– учащийся освоил менее чем 50% объема знаний, умений и навыков, предусмотренных программой за конкретный период.

**Критерии оценки уровня теоретической подготовки:** соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям; широта кругозора; свобода восприятия теоретической информации; осмысленность и свобода использования специальной терминологии.

**Критерии оценки уровня практической подготовки:** соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям; свобода владения специальным оборудованием и оснащением; правильность выполнения практических заданий.

**Критерии оценки уровня развития личностных качеств и воспитанности учащихся:** культура поведения; аккуратность и ответственность при работе; участие в коллективной деятельности; инициатива; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях; сформированность толерантной культуры, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других.

**Сроки проведения аттестации**:

* Входной контроль проводится в сентябре, а для вновь пришедшего учащегося на первом занятии.
* Текущий контроль осуществляется по каждой изученной теме в течение всего учебного года.
* Промежуточная аттестация проводится в период с 15 апреля по 15 мая.

**Оценочные материалы**

**Оценка уровня теоретической подготовки**

**Форма проведения:** контрольный опрос.

**Правила проведения и методика оценки результата:**

* Каждому учащемуся задаются по 5 вопросов.
* За каждый правильный ответ участник получает 1 балл, за отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов.
* Результат аттестации зависит от общего количества набранных баллов и выводится по следующей схеме:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Общее количество вопросов** | **Максимальное количество баллов** | **Общее количество баллов** | **Результат аттестации** |
| 5 | 5 | 5-4 | высокий уровень |
| 4-3 | средний уровень |
| 3 и менее | низкий уровень |

**Список вопросов:**

* + 1. Правильное питание для занимающимся физической культурой?
    2. Значение занятий физической культурой для организма человека?
    3. Какие подвижные игры вы знаете?
    4. Правила игры «Мяч с 4-хсторон»?
    5. На какие категории разделяются подвижные игры?

**Оценка уровня практической подготовки**

**Форма проведения:** практические задания.

**Правила проведения и методика оценки результата:**

1.Аттестация проводится с группой учащихся.

2.Все учащиеся выполняют сначала 1 задание, затем 2 и т.д.

3.Каждое выполненное задание оценивается уровнем (высокий, средний, низкий). Результатом аттестации является преобладающий уровень.

4.Критерии оценки практических заданий:

**Список заданий:**

* + 1. Измерить пульс за одну минуту в покое.
    2. Выполнить 20 приседаний (одно в сек.)
    3. Измерить пульс за одну минуту после физической нагрузки.
    4. Наклон вперед из и.п. сидя.
    5. Составить комплекс утренней гимнастики из 5-8 упражнений.
    6. Отжимание 6-8 раз.
    7. Выполнение упражнения «планка» 20 сек.
    8. Поднимание туловища за 30 сек (25 раз).
    9. Приседы (техника выполнения).
    10. Выполнить прыжки со скакалкой за 60 сек.

**Мониторинг развития личностных качеств**

С целью выяснения, насколько образовательный процесс, способствует позитивным изменениям в личности ребенка, педагог проводит мониторинг развития личностных качеств учащихся.

Мониторинг развития личностных качеств осуществляется в форме наблюдения.

Мониторинг проводится три раза в год: в сентябре, январе и апреле.

Результаты мониторинга заносятся в таблицу (приложение). Признаки проявления личностных качеств оцениваются уровнем (высокий, средний, низкий). Результатом аттестации является преобладающий уровень.

**Критерии оценки уровня развития личностных качеств:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Качества личности | Признаки проявления личностных качеств | | |
| Высокий уровень | Средний уровень | Низкий уровень |
| 1. | Активность, организаторские способности | Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается выдающихся результатов, инициативен, организует деятельность других. | Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов. | Мало активен, пропускает занятия, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность невысокая. |
| 2. | Коммуникативные навыки, коллективизм | Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию успешно выступает перед аудиторией. | Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией. | Поддерживает контакты избирательно, часто замкнут, чаще работает индивидуально, публично не выступает. |
| 3. | Ответственность, самостоятельность,  дисциплина | Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован, везде соблюдает правила поведения, требует того же от других. | Выполняет поручения охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого от других. | Неохотно выполняет поручения, часто уклоняется от них.  Начинает работу, но часто не доводит ее до конца.  Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности преподавателя или товарищей. |
| 4. | Нравственность, гуманность | Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, пресекает грубость, недобрые отношения к людям. | Доброжелателен, правдив, верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, но не требует этих качеств от других. | Помогает другим по поручению преподавателя, не всегда выполняет обещания, в присутствии старших чаще скромен, со сверстниками бывает груб. |
| 5. | Креативность, творческие способности | Имеет высокий творческий потенциал. Принимает нестандартные решения, находит новые способы выполнения заданий. | Способен принимать творческие решения, но в основном использует традиционные способы. | В работе использует только традиционные способы, не принимает творческих решений. |

**Методические материалы:**

**Программа «Поиграй-ка» опирается на следующие основные педагогические принципы:**

* Принцип сознательности и активности;
* Принцип преимущественной опоры на наглядно-образное мышление;
* Принцип наглядности;
* Принцип системности;
* Принцип сотрудничества участников образовательного процесса и доступность обучения.

**Методы обучения:** практическая и теоретическая.

При организации занятий педагогом предусмотрено использование разнообразных методов обучения, таких как:

* словесные (рассказ, беседа, объяснение);
* объяснительно-иллюстративные;
* методы обучения двигательным навыкам;
* методы разучивания по частям;
* методы разучивания в целом;

**Формы организации образовательного процесса:** при реализации программы используются групповые, индивидуально-групповые формы образовательного процесса.

**Формы организации учебного занятия:** беседа, рассказ, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника; наглядность упражнений (показ упражнений и др.); наблюдение, открытое занятие, практическое занятие, соревнования

**Педагогические технологии, используемые в обучении:**

* Простота и доступность правил. Каждый ребенок должен быть активным участником игры.
* Исключить малейшую возможность риска, угрозы здоровью детей. Безопасность используемого инвентаря.
* Игра не должна унижать достоинства играющих.
* При проведении нескольких игр следует учитывать принцип: от трудного к легкому, от сложного, к простому.

**Дидактические материалы:**

1. Инструкции по технике безопасности при занятиях в спортивном зале, спортивной площадке
2. Лекционный материал на тему «Режим дня, «Профилактика вредных привычек».
3. Картотека подвижных игр с описаниями и схемами, правилами.
4. Музыкальные записи в разных жанрах.

**Алгоритм занятий:**

1. Организация группы, проверка готовности к занятию, мотивация.
2. Объяснение теоретического материала в виде мини-беседы.
3. Наглядная демонстрация (показ педагога).
4. Выполнение практических заданий; коррекция ошибок.
5. Подведение итогов, рефлексия.

**Список литературы:**

***Для педагогов:***

1. Горелов А. А., Лотоненко А. В. Физкультурно-оздоровительные технологии. М.: Еврошкола, 2011.
2. Нищева, Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. М.: Детство-Пресс, 2011.
3. Патрикеев, А. Ю. Летние подвижные игры для детей. М.: Феникс, 2014.
4. Степаненкова, Э. Я. Методика проведения подвижных игр. М.: Мозаика-Синтез, 2009
5. Ситник, Б. А. Летние забавы. Энциклопедия подвижных игр. М.: Суфлер, Феникс, 2013.