Муниципальное образовательное бюджетное учреждение

 «Ащебутакская средняя общеобразовательная школа»

Домбаровского района Оренбургской области

Лагерь дневного пребывания «Солнышко»

«Согласовано» «Утверждаю»

на методическом совете директор МОБУ «Ащебутакская СОШ»

протокол № \_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Туружанов А.А.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 год. «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024 год.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ**

**КРАТКОСРОЧНАЯ ПРОГРАММА**

**«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

 (Возраст детей, на которых рассчитана программа 6,5-16 лет)

 Автор программы:

 Кунда Татьяна Богдановна,

 педагог дополнительного образования

с. Ащебутак, 2024г.

**Пояснительная записка**

Играть для детей - это, прежде всего, двигаться, действовать. Во время подвижных игр у детей, совершенствуются движения, развиваются такие качества, как инициатива и самостоятельность, уверенность и настойчивость.

Говоря о влиянии игры на умственное развитие, следует отметить, что она вынуждает мыслить наиболее экономично, укрощать эмоции, мгновенно реагировать на действия соперника и партнера. Развивая привычку к волевому действию, игры создают почву для произвольного поведения, вне игровой деятельности приводя к развитию способности к элементарной самоорганизации, самоконтролю.

Игра является эффективным средством формирования личности школьника, его морально-волевых качеств, в игре реализуется потребность воздействия на мир. Играя, дети усваивают жизненно необходимые двигательные привычки и умения, у них вырабатывается смелость и воля, сообразительность. Большинство подвижных игр требует от участников быстроты. Это игры, построенные на необходимости мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы, игры с внезапными остановками, задержками и возобновлением движений, с преодолением небольших расстояний в кратчайшее время.

Постоянно изменяющая обстановка в игре, быстрый переход участников от одних движений к другим способствуют развитию ловкости.

Для воспитания силы хорошо использовать игры, требующие проявления умеренных по нагрузке, кратковременных скоростно-силовых напряжений. Игры с много кратными повторениями напряженных движений, с постоянной двигательной активностью, что вызывает значительные затраты сил и энергии, способствуют развитию выносливости. Совершенствование гибкости происходит в играх, связанных с частым изменением направления движений.

Увлекательный игровой сюжет вызывает у участников положительные эмоции и побуждает их к тому, чтобы они с неослабевающей активностью многократно проделывали те или иные приемы, проявляя необходимые волевые качества и физические способности. Для возникновения интереса к игре большое значение имеет путь к достижению игровой цели - характер и степень трудности препятствий, которые надо преодолевать для получения конкретного результата, для удовлетворения игрой. Подвижная игра, требующая творческого подхода, всегда будет интересной и привлекательной для ее участников.

Соревновательный характер коллективных подвижных игр также может активизировать действия игроков, вызывать проявление решительности, мужества и упорства для достижения цели. В подвижных играх у детей развиваются и совершенствуются основные движения, формируются такие качества, как смелость, находчивость, настойчивость, организованность.

Подвижные игры имеют большое значение в воспитании сознательной дисциплины у детей, которая является непременным условием каждой коллективной игры.

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. На наш взгляд народные игры призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры. Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине.

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. На территории Северного Кавказа проживают разные народы, поэтому наблюдается интенсивное взаимопроникновение национальных культур, что связано с территориальным перемещением людей. Дети разных национальностей, посещая общеобразовательные учреждения, повседневно общаются, рассказывают сказки, рисуют, играют в разные игры, поют и танцуют, внося в свою деятельность элементы национальной культуры. Данный курс призван помочь учащимся находить общий язык со сверстниками, пробудить интерес к многонациональной культуре и искусству своего края через игры, увидеть, что у каждого народа есть свои уникальные игры, не похожие на игры остальных народов, но есть и универсальные игры, хорошо известные детям всего мира. Дети, чаще всего сами являются авторами игр. Буквально все - исторические факторы, география региона, особенности национальной культуры и быта, религия, общественные отношения и пр. может стать темой и сюжетом для игры. Логическим завершением курса может стать интернациональная игра, созданная учащимися, которая будет интересна детям всего мира.
**Цель:** формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.
**Задачи:**
- создать детям условия для полноценной реализации их двигательных потребностей;
- формировать у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;

- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- развивать коммуникативные навыки; · стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями; · развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;

- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;

- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей;

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

**Методы обучения:**

* 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.

**Формы обучения**

Содержание программы ориентировано на добровольные разновозрастные группы детей и полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Ведущей формой организации обучения является **групповая.**

Занятия проводятся в формах, отличных от классно-урочной: групповые занятия, соревнования, эстафеты.

**Учебно-тематический план**

| Тема  | Количество часов |
| --- | --- |
| Всего | Аудиторные  | Фома контроля |
| Теория | Практика |
|  Вас приглашает страна Игр. Какие бывают игры | **2** | **1** | **1** |  |
| Правила игры. Обязательны ли они для всех? Правила безопасности в играх | **1** | **1** | **-** |  |
|  |  |  |  |  |
| Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты.  |   **2** | **1** | **1** |  |
| Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, волейбола и т.д.  | **3** | **1** | **2** |  |
| Игры с мячом. Эстафеты. |  |  |  |  |
| Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник. | **1** | **-** | **1** |  |
|  |  |  |  |  |
| **Итого** |  **9** | **4** | **5** |  |

**Содержание программы**

В программу включены не только мероприятия для организации и проведения спортивных и подвижных игр, но и информационно-практический материал по истории происхождения и развития различных спортивных видов деятельности. В программу включены комплексные гимнастические упражнения, пальчиковые игротренинги, комплекс упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки. Программой предусматривается знакомство с историей появления, развития, игр различных национальностей народов Кавказа и славянских народов. Программа дает представление о самобытности соседствующих народных культур в играх.
Вводятся понятия структуры игры, правил игры, правил общения, правил безопасности. В программу включены, беседы о правилах общения и безопасного поведения во время игры, правила личной гигиены.

**Инструктаж по технике безопасности.**
Теория. Проведение инструктажа по ТБ о поведении на улице, на стадионе, в лесу, при занятиях с мячами, на гимнастических снарядах, ответственно относиться к разминке, внешнему виду, спортивной форме, самочувствию, не нарушать дисциплину.

**Догонялки:** перемена мест, передача мяча по кругу, гонка с мячом по кругу, «Горячее место», «Лягушка», « Лиса в норку», «Гуси-лебеди», салки с домом, «Два Мороза», «Колдуны».

**Поисковые игры:** «Палочка-выручалочка», прятки, «Золото хороню», «Двое слепых», жмурки на местах, в кругу.

**Спортивные игры:** упрощённый футбол, пионербол, баскетбол.

**Игры с мячом. Эстафеты:** «Не упусти мяч», «Мяч капитану», ведение мяча, «Передал –садись», точный удар, упражнения с малым мячом, мяч над головой, «Земля – вода – небо», «Мяч сквозь обруч»
**Ожидаемый результат:**

* действенная поддержка у младших школьников должного запаса «адаптационной энергии» (Г. Селье) – тех ресурсов, которые помогают противодействовать стрессовым ситуациям, повышают неспецифическую устойчивость организма к воздействию окружающей среды, способствуя снижению заболеваемости;
* стимуляция процессов роста и развития, что благоприятно сказывается на созревании и детского организма, на его биологической надежности; · наличие положительных эмоций, что способствует охране и укреплению психического здоровья;
* влияние на своевременное формирование двигательных умений и навыков и стимулирование развития основных физических качеств младших школьников (силы, быстроты, ловкости, выносливости, равновесия и координации движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1.Антонова Ю. А. Лучшие спортивные игры для детей и родителей, Москва, 2006 год.
2. Балясной Л.К., Сорокина Т.В. Воспитание школьников во внеучебное время, Москва, «Просвещение», 1980 год.
3.Богданова Г. Игры, праздники и развлечения для детей. Владос, 2001 г.
4. Гришина Г.Н. Любимые детские игры, Москва, «Творческий Центр», 1999 год.
5.Гриженя В. Подвижные игры. Спорт в школе. №4,2006 г.
6. Детская лёгкая атлетика, Москва – Терра-спорт, «Олимпия пресс», 2002 год.
7.Дмитриев В.Н. Игры на свежем воздухе. Издательский Дом МСГ,1998 г.
8.Дереклеева Н.И. Двигательные игры и тренинги и уроки здоровья. М., ВАКО, 2004 г.
9.Иванов Ю.Г., Михайлова Э.И. Играйте на здоровье. Московская правда, 1991 г.
10.Коротков И.М. Подвижные игры в школе. Просвещение, 1979 г.
11.Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Министерство образования РФ, 2004г.
12. Орлов Р.В. Физическая культура и спорт на селе, Москва, 1970 год.
13. Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня, Москва, «Просвещение», 1983 год.
14. Савенков А.И. Методика исследовательского обучения младших школьников, издательство «Учебная литература», дом «Фёдоров», 2008 год.
15.Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе. Творческий центр, 2003 год.