

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Спортивная школа г. Калининска Саратовской
области»**

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета МБУ ДО «СШ г. Калининска
Саратовской области»
протокол № 3 от 13.08.2025 год

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «СШ
г. Калининска Саратовской области»
_____ Кулешов Н.В.
приказ № 14 от 14 августа 2025 года_

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА «ОТ ИГРЫ К СПОРТУ»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок освоения программы – 1год

Разработчик программы: Романцова И.В. -

Методист МБУ ДО «СШ г.

Калининска Саратовской области»

Г. Калининск
2025год

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1.Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «От игры- к спорту» составлена на основе типовых программ спортивных игр и является **модифицированной**.

Направленность программы – **физкультурно-спортивная**.

Актуальность.

Учреждение призвано воспитывать гармонически развитого, творчески активного человека, давая общее физическое воспитание всем обучающимся. В настоящее время дети основную часть своего времени проводят за компьютерами либо за различными видами гаджетов, что неблагоприятно сказывается на физическом развитии детей. В современном социуме данная программа является **актуальной**, так как организует детский досуг, создаёт условия самореализации и социальной адаптации детей.

Отличительные особенности.

Данная программа отличается комплексным подходом, используемым в процессе обучения.

Новизна данной программы состоит в том, что с помощью подвижных и спортивных игр, можно подготовить ребенка к занятиям спортом. Игра – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. В подвижных играх ярко отражается 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.

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7-10 лет.

Возрастные особенности обучающихся.

Начиная с первых своих дней обучения и заканчивая уже подростковым возрастом, у ребенка формируется характер, система нравственных качеств, а также активно развиваются волевые качества. В процессе освоения данной программы обучающиеся формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. Данная программа на протяжении всего периода обучения ребенка способствует эффективному решению вышеперечисленных задач в короткие сроки. В данном возрастном периоде, благодаря программе «От офп - к спорту» активно развиваются и формируются физические навыки ребенка, как будущего спортсмена, оказывая плодотворное влияние на его физическое здоровье.

Вид детской группы: учебная группа носит профильный характер с постоянным составом.

Основные формы работы объединения – групповые (коллективные).

Особенности набора детей. Набор детей свободный, по желанию ребёнка и с согласия родителей при наличии сертификата.

Наполняемость группы – 15 -18 человек, которая комплектуется из мальчиков и девочек.

Объём программы.

Программа курса обучения составлена из расчета 144 учебных часа в год.

Срок освоения программы.

Программа «От игры - к спорту» рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий.

Режим занятий – по 2 академических часа 2 раза в неделю.

1.2.Цели и задачи программы.

Цель программы. Подготовка детей в процессе игровых занятий к профессиональным занятиям спортом. Игры способствуют развитию разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Обучающие задачи:

- 1.Познакомить детей с играми народов мира, пополнить знания об истории и культуре народных игр мира.
- 2.Познакомить с основами спортивных игр : баскетбол, настольный теннис, футбол
3. Научить детей играть самостоятельно в подвижные игры и спортивные с учётом техники безопасности.

Воспитательные задачи: формирование у обучающихся социальной активности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, воспитания патриотизма и любви к Родине

Развивающие задачи:

1. Развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции и так же эмоционально-чувственную сферу.
2. Развивать самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.

1.3. Планируемые результаты.**Предметные результаты.**

К концу обучения дети должны:

Знать:

- об истории спортивных и подвижных игр
- о пользе подвижных игр
- основы методики спортивных игр: футбол, настольный теннис, баскетбол

Уметь:

- элементарные игровые умения (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу);
 - технико-тактических взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником);
 - освоить навыки спортивных игр (футбол, настольный теннис, баскетбол)

Метапредметные результаты:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью тренера и самостоятельно;
- совместно с тренером и другими ребятами давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности всей группы;
- формулировать собственное мнение и варианты решения, аргументировано их излагать, выслушивать мнение и идеи товарищей, учитывать их при организации собственной деятельности и совместной работы;
- действовать согласованно, соблюдать очередность действий, проявлять выдержку;
- сохранять доброжелательное отношение друг к другу не только в случае общей заинтересованности, но и в нередко возникающих на практике ситуациях конфликтов интересов;

Личностные результаты.

Обучающийся должен:

- определять и высказывать под руководством тренера самые простые – общие для всех правила поведения (этические нормы) ;

- в предложенных тренером ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех правила поведения, делать выбор, как поступить (при поддержке тренера);

- при поддержке тренера и окружающих давать оценку своим поступкам и поступкам других людей.

1.4. Содержание программы.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего, час	Количество часов учебных занятий		Формы аттестации/ контроля
			Теоретические	Практические	
1.	Теоретические занятия	4	4	-	опрос
3.	Подвижные игры.	68	-	68	Опрос, зачет
4.	Спортивные игры.	62	-	62	Участие в соревно ваниях
5.	Воспитательная работа.	10	-	10	тестиро вание
	Итого:	144	4	140	

-

Содержание учебного плана

Тема № 1. Вводное занятие.

Предусматривает ознакомление с правилами внутреннего распорядка в учебном заведении, в объединении и программой обучения. Знакомство с детьми. Техника безопасности.

Теоретическая занятия

1. Знакомство с содержанием игр . Объяснение содержания игр Объяснение правил игры. Обсуждение игр.

2. Гигиена и самоконтроль. Личная гигиена обучающегося. Гигиенические требования к одежде и обуви занимающихся .

Тема № 2 Подвижные игры.

Подвижные игры являются незаменимым средством решения взаимосвязанных задач воспитания личности учащегося, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Достижение этих задач в большей мере зависит от умелой организации и соблюдения методических требований к проведению, нежели к собственному содержанию игр.

Перечень игр:

«Гуси-лебеди». Русская народная игра

- «У медведя во бору». Русская народная игра

- Волк и ягнята. Бурятская народная игра

- Стой, олень. Игра народов Коми.

Серый волк. Татарская народная игра.

- Ловишки. Татарская народная игра.

-Сокол и лиса. Якутская народная игра.

-Барашек. Молдавская народная игра.

- Вышибалы. Русская народная игра.

- Стрелок. Башкирская народная игра.

- Ловля оленей. Игра народов коми.

- Куропатки и охотники. Игра народов Сибири

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

С помощью игр закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование:

- естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания);

- элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу);

- технико-тактических взаимодействий (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником).

В результате обучения учащиеся должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Обязательными условиями построения занятий по подвижным играм являются четкая организация и разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений тренера; обеспечение преемственности при освоении новых упражнений; строгое соблюдение дидактических принципов. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Тема № 3 Спортивные игры.

По своему воздействию спортивная игра является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Игровые упражнения, подвижные игры с мячом, выполняемые индивидуально, в группах, командах, создают неограниченные возможности для развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных способностей (силовых, выносливости, скоростных), а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов обучающегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что создается необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

В группах необходимо стремиться учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и в защите, начиная с применения подобранных для этой цели подвижных игр (типа «Борьба за мяч», «Мяч капитану») и специальных, постепенно усложняющихся игровых упражнений (форм).

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприятные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом, реализации на практике индивидуального и дифференцированного подхода к учащимся, имеющим существенные индивидуальные различия (способности). В этой связи особой

заботой следует окружить детей со слабой игровой подготовкой, активно включая их в ход осуществления разнообразных видов игровой деятельности.

Среди способов организации учащихся на занятиях целесообразно чаще применять метод круговой тренировки, включая на станциях упражнения с мячом, направленные на развитие конкретных координационных и кондиционных способностей, совершенствование основных приемов.

«Настольный теннис». Приём мяча. Подача мяча. Атакующий удар. Тактические действия в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра.

«Футбол». Ведение и обводка. Передачи мяча. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Удары по мячу. Игра вратаря. Тактика: защита, нападение. Свободная игра. Игра на счёт.

«Баскетбол». Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Групповые тактические действия в нападении и защите. Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра.

1.5. Формы аттестации и их периодичность.

Подведения итогов и определение результативности выполнения программы проводятся с помощью наблюдения тренера, решения задач, выступления на соревнованиях.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года в виде устных опросов, собеседования.

Текущий контроль осуществляется в середине учебного года в виде решения задач, наблюдения тренера, решения практических заданий.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в виде наблюдения тренера, решения задач, выступления на соревнованиях. Критериями оценки являются правильные ответы на вопросы, правильное решение задач, успешное выступление в соревнованиях.

2.Комплекс организационно – педагогических условий.

2.1. Методическое обеспечение программы

Формы занятий и организации деятельности обучающихся:

- групповая;
- индивидуально-групповая;

Основная форма организации занятий – групповая.

Формы проведения занятий:

- беседы;
- практическое занятие;

Основная форма проведения занятий – учебно-тренировочное занятие.

В образовательном процессе используются следующие методы по способу организации занятий:

- словесный (рассказ, беседа, анализ проделанной работы);
- наглядный (показ иллюстраций, образцов, пособий, приемов работы педагогов, наблюдение);
- практический (игра, конкурс решения задач).

По способу усвоения изучаемого материала:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы практической деятельности;
- практический – демонстрация, показы, соревнования.

В рамках одного занятия тренером используется столько форм занятий и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленной цели и задач.

2.2. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение программы

1. Спортивный зал, оборудованный для занятий игровыми видами спорта: баскетбольные кольца, теннисные столы, теннисные ракетки, мячи, футбольные ворота, вспомогательные средства для проведения подвижных игр. У каждого ребенка на занятиях должна быть спортивная форма и

сменная спортивная обувь.

Перечень информационно – методических и дидактических материалов

Методические пособия	Конспекты занятий. Информационные сайты о спортивных играх Федеральные образовательные ресурсы.
Задания для учащихся	Поиск информации в сети Интернет.
Диагностика	Анкеты для детей и родителей, таблицы мониторинга и диагностики.

2.3.Оценочные материалы, отражающие способы аттестации планируемых результатов

Для оценки предметных результатов , метапредметных результатов выполнения программы, обучающиеся должны:

– самостоятельно найти и провести подвижную игру с группой (оценивает тренер по пятибалльной системе, учитывается интерес, оригинальность, организаторские способности)

-Участвовать в соревнованиях по игровым видам спорта: настольному теннису, баскетболу, футболу.

Оценка личностных результатов проводится по методике Н.В.Кленовой, Л.Н.Буйловой

-«Методика определения образовательной деятельности» Н.В.Кленовой, Л.Н.Буйловой (Приложение 1).

2.5. Список литературы.

Нормативно- правовое обеспечение программы.

- 1.Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2.Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г.№1726-р);
- 3.Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008;
- 4.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Список литературы для педагогов

1. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 с.
- 2.. Барчукова, Г.В. Физическая культура: настольный теннис: Учебное пособие / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: Советский спорт, 2015. - 312 с.
3. Виноградов, П.А. Физическая культура и спорт в Российской Федерации в цифрах (2000-2012 годы). / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. - М.: Советский спорт, 2013. - 186 с.
4. Дианов, Д.В. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью / Д.В. Дианов, Е.А. Радугина, Е Степанян. - М.: КноРус, 2012. - 184 с.
5. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие / Ю.П. Кобяков. - Рн/Д: Феникс, 2012. - 252 с.
6. Мартынова, Е.А. Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет по программе "Детство". / Е.А. Мартынова и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 302 с.
- 7.Под ред. А.Г.Хрипковой, М.В.Антроповой Адаптация организма учащихся к учебной и физической нагрузкам [Текст] / ; Науч.-исслед.ин-т физиологии АПН СССР.-М.: Педагогика, 1982 г. Менхин Ю.В. Физическое воспитание:

теория, методика, практика – М.: СпортАкадемПресс, Физкультура и спорт, 2006 г.

8.Холодов Ж.К. Теория и методика Физического воспитания и спорта: учебное пособие / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. М.: Изд. «Академия».2002 г.

9. Ю.Д. Железняк Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебное пособие / – Издательский центр «Академия». 2002 г.

9. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков.Спортивные игры: учебник для педагогических вузов / М.: Издательский центр «Академия». 2001 г.

10.Ключева, М. А. Народные подвижные детские игры. Современный фольклорный сборник / М.А. Ключева. - М.: Форум, Неолит, 2014. - 400 с.

Литература для детей и родителей.

1.Андреев С.Н. Играй в мини-футбол- М:ЁЁ Медиа 2018 год

2. Залесский М. Как стать сильным -М:Росмэн-Издат 2016 год

3. Власенко, Н. Э. 300 подвижных игр для дошкольников / Н.Э. Власенко. - М.: Айрис-пресс,

4. Ключева, М. А. Народные подвижные детские игры. Современный фольклорный сборник / М.А. Ключева. - М.: Форум, Неолит, 2014. - 400 с.

5. Матюхина, Ю. А. 365 лучших подвижных игр для детей 6-9 лет на каждый день / Ю.А. Матюхина. - М.: Академия развития, 2008. - 320 с.

6. Степаненкова, Э. Я. Методика проведения подвижных игр / - М.: Мозаика-Синтез, 2009. - 859 с.

7. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264с.

Мониторинг личностного развития обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Уровень развития	Методы диагностики
1. Организационно- волевые качества				
1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки, уметь преодолевать трудности.	<ul style="list-style-type: none"> Терпения хватает меньше. чем на ½ занятия; Терпения хватает больше. чем на ½ занятия Терпения хватает на всё занятие 	<p>Низкий (Н)</p> <p>Средний (С)</p> <p>Высокий (В)</p>	Наблюдения
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	<ul style="list-style-type: none"> Волевые усилия воспитанника побуждаются извне; Иногда- самим воспитанником; Всегда-- самим воспитанником; 	<p>Низкий (Н)</p> <p>Средний (С)</p> <p>Высокий (В)</p>	Наблюдения
3. Самоконтроль	Умение контролировать поступки (приводить к должному действию)	<ul style="list-style-type: none"> Воспитанник постоянно действует под воздействием контроля; Периодически контролирует себя сам; Постоянно контролирует себя сам 	<p>Низкий (Н)</p> <p>Средний (С)</p> <p>Высокий (В)</p>	Наблюдения
2 Ориентационные качества				
1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	<ul style="list-style-type: none"> Завышенная Заниженная нормальная 	<p>Низкий (Н)</p> <p>Средний (С)</p> <p>Высокий (В)</p>	Анкетирование
2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознание участия воспитанника в освоении образовательной программы	<ul style="list-style-type: none"> интерес к занятиям продиктован извне; интерес периодически поддерживается самим воспитанником; интерес постоянно поддерживается воспитанником самостоятельно. 	<p>Низкий (Н)</p> <p>Средний (С)</p> <p>Высокий (В)</p>	Тестирование
3. Поведенческие качества				

1. Конфликтность	Умение воспитанника контролировать себя в любой конфликтной ситуации	<ul style="list-style-type: none"> • желание участвовать (активно) в конфликте (провоцировать конфликт) • сторонний наблюдатель • активное примирение 	Низкий (Н) Средний (С) Высокий (В)	Наблюдение
2. Тип сотрудничества	Умение ребёнка сотрудничать	<ul style="list-style-type: none"> • не желание сотрудничать (по принуждению) • желание сотрудничать (участие) • активное сотрудничество (проявляет инициативу) 	Низкий (Н) Средний (С) Высокий (В)	Наблюдение
4. Личностные достижения воспитанника				
1 Участие в мероприятиях учреждения	Степень и качество участия	<ul style="list-style-type: none"> • не принимает участия • принимает участие с помощью педагога или родителей • самостоятельно выполняет работу 	Низкий (Н) Средний (С) Высокий (В)	Выполнение работы

Мониторинг личностного развития обучающихся в процессе освоения дополнительной общеобразовательной программы

Карта обучающихся, группа № _____ направление _____,

тренер-преподаватель _____

№	ФИ воспитанника	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества			Поведенческие качества			Личностные достижения воспитанника			За год
		0 срез	1 полугодие	2 полугодие	0 срез	1 полугодие	2 полугодие	0 срез	1 полугодие	2 полугодие	0 срез	1 полугодие	2 полугодие	
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														

0- срез проводится на первом году обучения. Н - низкий уровень, С – средний уровень, В – высокий.