

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа» Волховского муниципального района

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБУДО «ДЮСШ»
Волховского муниципального района
от 31 октября 2022 г. № 263

Программа

**«Организация и проведение подвижных игр в рамках учебно –
тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам
физкультурно-спортивной направленности»**

Срок реализации программы 3 месяца

Составитель:
методист:
Меньшикова Марина Алексеевна
тренер – преподаватель:
Ефимова Марина Владимировна

г. Сясьстрой
2022 год

Содержание

Пояснительная записка	стр. 2
1. Структура и содержание теории	стр. 5
2. Литература и источники	стр. 8

Пояснительная записка

Программа «Организация и проведение подвижных игр в рамках учебно – тренировочных занятий по дополнительным общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности» разработана на основе:

Письма Минпросвещения России № АЗ-1128/08 от 21 декабря 2021 года/ Профессиональный союз работников народного образования и науки Российской Федерации № 657 « Методических рекомендаций по разработке и внедрению системы (целевой модели) наставничества педагогических работников в образовательных организациях »;

Приказа МБУДО «ДЮСШ» Волховского муниципального района «Об организации работы по внедрению Целевой модели наставничества» от 25.12.2020г. №233;

Положения о системе наставничества педагогических работников в МБУДО «ДЮСШ» Волховского муниципального района, утверждённого приказом «Об организации работы по внедрению Целевой модели наставничества» от 11.02.2022 г. №33.

Данная программа реализуется в рамках наставничества педагогических работников по форме «педагог – педагог».

Вид наставничества: наставничество в группе.

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, двигательной активности, получении внешней информации. Прогрессивные русские ученые – педагоги, гигиенисты (П. Ф. Лесгафт, А. П. Усова и многие другие) раскрыли роль игры как деятельности, способствующей качественным изменениям в физическом и психическом развитии, оказывающей разностороннее влияние на формирование его личности.

Подвижные игры традиционно популярны в народе благодаря разностороннему воздействию на организм человека и высокой эмоциональности.

В силу своих положительных качеств подвижные игры служат эффективным средством физического воспитания в широком возрастном диапазоне.

Подвижные игры являются одним из вспомогательных средств в занятиях спортом. Ярко выражаемая в подвижных играх деятельность различных анализаторов создает благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличения подвижности нервных процессов. Это положительно сказывается на усвоении занимающимися отдельных спортивно-технических приемов и их сочетаний, создает предпосылки к более успешному овладению тактическими действиями, а также подтверждает, что занятия подвижными играми содействуют воспитанию воли, выдержки, дисциплинированности и других качеств, необходимых каждому для достижения успехов в спорте. Поэтому мастерство проведения подвижных игр и игровых упражнений с образовательными и воспитательными целями является важной составной частью профессиональной деятельности тренера – преподавателя.

Актуальность программы обусловлена интересом детей к игровой деятельности и благотворным влиянием на психику, рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки у детей и подростков, а также повышают функциональную деятельность организма, большим воздействием на формирование личности, положительным влиянием на умственное развитие.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр.

Задачи:

1. Актуализировать у тренеров – преподавателей ранее полученные знания теории, методики и организации подвижных игр;
2. Поделиться педагогическим опытом по использованию подвижных игр в рамках учебно – тренировочных занятий;
3. Разнообразить применение подвижных игр в педагогической практике тренеров - преподавателей

Срок реализации программы 3 месяца.

Формы занятий: теоретические и практические.

1. Структура и содержание

№ занятия	Тема	Содержание обучения	Количество часов
1.	«Игра как средство физического воспитания, ее место в системе физического воспитания»	Игра как исторически сложившееся социальное явление. Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. Социальная сущность игры. Отличия и сходство игры и труда. Признаки игровой деятельности. Классификация подвижных игр. Определение подвижной игры. Педагогическое значение подвижных игр. Развитие в играх физических качеств.	2 часа
2.	«Педагогическое значение подвижных игр и их характеристика с учетом возрастных особенностей детей»	Значение подвижных игр (оздоровительное, воспитательное, образовательное). Подвижные и спортивные игры, их сходства и отличия. Характеристика подвижных игр для детей разного возраста. Педагогическая характеристика подвижных игр для детей на разных ступенях обучения и воспитания.	3 часа
3.	«Методика организации и проведения подвижных игр»	Применение дидактических принципов в обучении подвижным играм. Выбор игры, подготовка места и инвентаря, разметка площадки. Организация играющих, место тренера-преподавателя при объяснении. Требования к объяснению игры. Способы выбора водящих, распределения на команды, выделение помощников и судей. Руководство процессом игры. Способы регуляции нагрузки. Предупреждение травматизма при проведении подвижных игр и игровых упражнений.	3 часа
4.	«Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками»	Умственное, нравственное, эстетическое воспитание в процессе игры. Организация и методика проведения подвижных игр на занятиях с дошкольниками. Сбор детей на игру. Создание интереса к игре. Ознакомление детей с новой игрой. Распределение ролей и игровых заданий в игре.	2 часа

		Методика руководства подвижными играми. Варьирование, усложнение, повторение и продолжительность подвижных игр.	
5.	Практическое занятие 1. Подвижные игры и игровые упражнения для детей дошкольного возраста.	«Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Догони меня», «Через ручеек», «У медведя во бору», «Зайцы и волки», «Самолеты», «Гуси-лебеди», «Охотники и зайцы», «С кочки на кочку», «Удочка», «К своим флажкам».	2 часа
6.	«Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях детей 6-10 лет»	Факторы, определяющие выбор подвижной игры: возрастные особенности учащихся 6-10 лет, место и условия проведения, инвентарь, количество учащихся. Педагогическое значение подвижных игр: развитие физических способностей, управление двигательной активностью, развитие памяти и речи, воспитание социально – значимых взаимоотношений.	2 часа
7.	Практическое занятие 2. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 6-10 лет.	«Кто подходил», «Космонавты», «Караси и щука», «Белые медведи», «Совушка», «Два мороза», «Волки во рву», «Мяч на полу», «Команда быстроногих», «Вызов номеров», «Лиса и куры», «Кто дальше бросит», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Альпинисты», «Прыжки по полоскам», «Кто обгонит», «Попади в мяч».	2 часа
8.	«Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях с детьми 11-15 лет и 16-17 лет »	Факторы, определяющие выбор подвижной игры: возрастные особенности учащихся данных возрастов. Направленность содержания подвижных игр: развитие физических способностей, обучение двигательным действиям, управление двигательной активностью, воспитание личностных качеств, развитие мышления и творческой инициативности.	2 часа
9.	Практическое занятие 3. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 11 – 15 лет	«Часовые и разведчики», «Охотники и утки», «Эстафета с лазаньем и перелезанием», «Эстафета с элементами равновесия», «Эстафета на	2 часа

		полосе препятствий», «Тяни в круг», «Перетягивание через черту», «Сильные и ловкие», «Петушиный бой», «Вызов», «Наступление», «Бег за флажками», «Перебежка с вырубкой», «Погоня», «Старт после броска», «Охрана перебежек», «День и ночь», «Эстафета по кругу», «Удочка» (простая и командная), «Веревочка под ногами», «Прыгуны и пятнашки», «Снайперы», «Защищай товарища», «Ящерица», «Перестрелка», «Ловкие и меткие», «Слон»	
10.	Практическое занятие 4. Подвижные игры и игровые упражнения для 16-17 лет.	«Перехват мяча», «Рывок за мячом», «Гонка с выбыванием», «Сумей догнать», «Перемена мест», «Кто выше», «Борьба за палку», «Подвижный ринг», «Карусели», «Наперегонки с мячом», «Нападают пятерки», «По наземной мишени», «Перестрел-бол», «Пробей стенку», «Ногой и головой через сетку».	2 часа
11.	«Место подвижных игр в спортивных мероприятиях»	Спортивные праздники. Условия зачета и определение победителей (личное, лично - командное и командное). Системы розыгрыша (с выбыванием, круговая, смешанная).	2 часа

Всего: 24 часа

Теория: 16 часов

Практика: 8 часов

2. Литература и источники

1. Былеева Л.В. Подвижные игры. Практический материал: учебное пособие для высших и средних специальных учебных заведений физической культуры / Л. В. Былеева, И. М. Коротков, Р. В. Климкова [и др.]. Москва: ТВТ Дивизион, 2014. - 218 с.
2. Горбачева О.А. Подвижные игры: учебно – методическое пособие / О.А.Горбачева. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2017. — 99 с.
3. Губа В.П. Сенситивные периоды развития детей. Определение спортивного таланта: монография / В.П.Губа, Е. Е. Ачкасов, Л. В. Булыкина, Э. Н. Безуглов. Спорт, 2021. – 176 с.
4. Зароднюк Г.В. Спортивные игры: учеб. пособие для студентов технических вузов /Г.В. Зароднюк, М.Н. Ларионова. - СПб. : Изд-во Политехнич. ун-та, 2016. - 32 с.
5. Киселев П.А. Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время: методическое пособие / П.А. Киселев, С.Б. Киселева, Е.П. Киселева. - 2-е изд., стер. – М: Планета, 2015. – 272 с.
6. Лебедева Е.Г. Подвижные игры с мячом в игровых видах спорта: учебное пособие / Е.Г. Лебедева. А.А. Рассказова, М.Г. Куликова. - Вологодский государственный университет, 2014. – 86 с.
7. Мельников Ю.А. Подвижные игры в физическом воспитании: учебно – методическое пособие / Ю.А. Мельников, Н.З. Феофилактов. – 2-е изд., дораб. и доп. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2021. – 80 с.
8. Мостовая Т.Н. Физическая культура. Подвижные игры в системе физического воспитания в ВУЗе: учебно - методическое пособие для высшего образования / Т.Н. Мостовая. Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2016. – 72 с.
9. Фетисова С.Л. Подвижные игры в общеобразовательных и коррекционных учреждениях: учебное пособие / С. Л. Фетисова, С. О. Филиппова, А. И.

Бураншеева, О. Ю. Дмитриченко и др.; Под редакцией С.Л. Фетисовой,
А.М.Фокина. СПб: РГПУ им. А.И.
Герцена, 2015. - 237 с.