Комитет образования Администрации Камышинского муниципального района Волгоградской области
муниципальное казённое общеобразовательное учреждение Нижнедобринская средняя школа Камышинского муниципального района Волгоградской области

РАССМОТРЕНА:
На педагогическом совете МКОУ Нижнедобринской СШ Камышинского муниципального района Волгоградской области
Протокол № 1 от «31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА:
Директор МКОУ Нижнедобринской СШ Камышинского муниципального района Волгоградской области
_____Н.Д. Пастарняк
Приказ № 135 от «31» августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные звёздочки»

Возраст обучающихся: 7-13 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Ильменская Надежда Евгеньевна,
учитель физкультуры

с. Нижняя Добринка
2026-2027 г.

Пояснительная записка

Данная программа по физкультурно-спортивному направлению предназначена для базового уровня и разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2013 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства Просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 г. № 467
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" от 4 июля 2014 года N 41.
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы)».

Программа предназначена для младших школьников 6-11 лет и предполагает совместное проведение занятий с учащимися 1-4 классов указанного возраста.

Особенности набора детей в группу – учащиеся 1-4 класса с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Новизна программы заключается в использовании комплекса современных методик и технологий физкультурно-спортивной направленности в коррекционных целях.

Данная программа рассчитана на 1 учебный год. На её изучение отводится 34 часа в год, объемом 1 час в неделю в очной форме.

Объем и содержание каждой определенной темы варьируются учителем в зависимости от возраста детей и уровня подготовленности каждого конкретного класса. Такой подход позволяет через год вновь вернуться к каждой из предусмотренных тем на новом уровне сложности.

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Теоретико-практическое занятие - «Что мы знаем об играх»	1	1		Опрос, коллективное обсуждение
2.	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6	1	5	Самооценка, оценка педагога
3.	Народные игры	7	1	6	Самооценка, оценка педагога
4.	Подвижные игры	15	1	14	Самооценка, оценка педагога
5.	Спортивные игры	4	1	3	Самооценка, оценка педагога
6.	Итоговое занятие	1		1	Опрос, коллективное обсуждение
Итого часов:		34	5	29	

Содержание учебного плана

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Что мы знаем об играх», «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо.», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Русские народные игры**:** «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке» См. Приложение

Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Класс смирно!”, “Запрещенное движение, “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», ору с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Планируемые результаты освоения программы

У обучающегося будут сформированы:

- общее представление о подвижных играх и их оздоровительном воздействии; истории и культуре народных игр;
- установка на здоровый образ жизни и положительное отношение к подвижным играм;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные и подвижные игры;
- способность организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры.
- соблюдать правила взаимодействия с игроками.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- интереса к различным видам физкулътурно-спортивной и оздоровительной, в том числе игровой деятельности;
- потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой деятельности;
- осознание элементов здоровья, готовность следовать в своих действиях и поступках нормам здоровье сберегающего поведения;
- осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающееся в оказании помощи и поддержки партнерам по играм, общению.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Беседа, игра	1	Теоретико-практическое занятие - «Что мы знаем об играх»	Спортивный зал	Опрос, коллективное обсуждение
		Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6ч.)						
2				Игры	1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
3				Игры	1	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики –великаны» «Запомни- порядок»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
4				Игры	1	Игры на развитие памяти.	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога

5				Игры	1	Игры на развитие воображения.	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
6				Игры	1	Игры на развитие памяти	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
7				Игры	1	Игры на развитие мышления и речи.	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
Народные игры (7ч.)								
8				Игры	1	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
9				Игры	1	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога

10				Игры	1	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
11				Игры	1	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
12				Игры	1	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
13				Игры	1	Русская народная игра «Удар по веревочке» Русская народная игра «Удар по веревочке»	Спортивный зал Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
14				Игры	1	Русские народные игры «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли»,	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
Подвижные игры (15ч.)								
15				Беседа, игры	1	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога

16				Игры	1	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
17				Игры	1	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
18				Игры	1	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
19				Игры	1	Весёлые старты со скакалкой.	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
20				Игры	1	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
21				Игры	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
22				Игры	1	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
23				Игры	1	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога
24				Игры	1	Эстафеты с санками и лыжами	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога
25				Игры	1	Игры на лыжах «Биатлон»	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога

26				Игры	1	Игры зимой: «Охота на куропаток»	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога
27				Игры	1	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
28				Игры	1	Игра «Салки с мячом».	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
29				Игры	1	Игра «Прыгай через ров»	Спортивный зал	Самооценка, оценка педагога
Спортивные игры (4ч.)								
30				Беседа, игра	2	Футбол	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога
31				Игры	2	Лапта	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога
32				Игры	1	Итоговое занятие. Игры по выбору детей.	Спорт площадка	Самооценка, оценка педагога

Методическое обеспечение

№ п/п	Тема занятия	Форма занятия	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Методические и дидактические материалы	Техническое оснащение занятий	Форма контроля
1	Теоретико-практическое занятие - «Что мы знаем об играх»	Беседа, игра	Беседа, правила игры	Правила, тактика, техника подвижных и спортивных игр	Картинки с названиями игр. Мячи, обручи, скакалки.	Опрос, коллективное обсуждение
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	Игры	Правила игры	Правила, тактика, техника игр на внимание, мышление, воображения.	Мячи, скакалки, обручи, конусы.	Самооценка, оценка педагога
3	Народные игры	Игры	Правила игры	Правила, тактика, техника народных игр	Скакалка, мячи, обручи	Самооценка, оценка педагога
4	Подвижные игры	Игры	Правила игры	Правила, тактика, техника подвижных игр	Мячи, скакалки, обручи, конусы, санки лыжи.	Самооценка, оценка педагога
5	Спортивные игры	Игры	Правила игры	Правила, тактика, техника спортивных игр	Футбольный мяч, бита, малый мяч	Самооценка, оценка педагога
6	Итоговое занятие	Игры	Игры по выбору детей	Подведение итогов	Мячи,скакалки, конусы.	Самооценка, оценка педагога

Условия реализации ДООП

Программа будет успешно реализована:

- при хорошей посещаемости занятий детьми;
- если выдан весь предусмотренный программой теоретический и практический материал;
- если учитываются возрастные и личностные особенности обучающихся, мотивация их деятельности;
- если создан банк фонограмм творческих номеров.

Условием реализации является наличие спортивного зала, спортивной площадки, крепкая материально-техническая база: наличие спортивного инвентаря.

Формы аттестации

Основной формой контроля знаний, умений и навыков являются открытые занятия для педагогов, администрации, родителей, а также зрителей – кружковцев. При анализе результатов обученности учитываются мнение – оценка педагога и зрительская реакция. Оцениваются спортивные навыки в игре.

Основные принципы оценивания

- доброжелательное отношение к воспитаннику как к личности;
- положительное отношение к усилиям воспитанника;
- конкретный анализ трудностей и допущенных ошибок;
- конкретные указания на то, как можно улучшить достигнутый результат, а также качественная система оценок.

Оценочные материалы

Оценка достижений результатов проводится по методике «Комплексная оценка результатов освоения программы «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. Результаты итоговой аттестации характеризуют уровень достижения результатов освоения программы. Оценка результатов каждого учащегося производится по уровню активности и заинтересованности на занятиях. Проводится статистика наполняемости групп, сохранение контингента обучающихся, наблюдение, анализ итоговых мероприятий, анализ продуктов деятельности педагога и его воспитанников.

Рекомендуемым методом оценивания является метод наблюдения, метод тестирования, устного опроса, викторины. В оценке достижений планируемых результатов используется «метод сложения», при котором фиксируется достижение уровня развития, соответственно возрасту. Итоговая оценка результатов освоения программы определяется по результатам промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Результаты промежуточной аттестации представляют собой результаты внутреннего мониторинга достижений обучающихся, отражают динамику развития способностей детей. Промежуточная аттестация осуществляется в ходе совместной оценочной деятельности педагога и обучающихся и является внутренней оценкой.

Итоговое оценивание происходит в конце обучения и может проводиться в форме накопленной оценки, в формах сбора данных (с помощью итоговых тестов), демонстрации примеров применения полученных знаний и освоенных способов деятельности; возможна также любая комбинация этих форм

Список литературы:

1) Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2004г.
2) О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.
3) Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е.)
4) Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г
5) Настольная книга учителя физической культуры : справ.-метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. – М.: ООО «Изд-во АСТ» : ООО «Изд-во Астрель», 2003 г.;
6) Оценка качества подготовки выпускников начальной школы по физической культуре / авт.-сост. А. П. Матвеев, Т. В. Петрова. – М.: Дрофа, 2001 г.;
7) Физическое воспитание учащихся 1-4 классов : пособие для учителя / под ред. В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона. – М. : Просвещение, 2008 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430385

Владелец Пастарняк Надежда Дмитриевна

Действителен С 17.04.2024 по 17.04.2025