

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 33 пос. Кытлым

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
протокол № 13 от 08.05.2026 г.

Директор МАОУ СОШ № 33  
Утверждаю

 Панина Л.Б.  
Приказ № 91-д от 08.05.2026 г.



**Летняя краткосрочная дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа технической направленности  
«Подвижные игры с мячом»**

Возраст обучающихся: 6,5 – 17 лет  
Срок реализации: 3 недели (14 часов)

**Автор-составитель:**  
Бобылев Владимир Леонидович,  
педагог дополнительного образования  
Мазур Андрей Валерьевич, педагог  
дополнительного образования

г. Карпинск, пос. Кытлым

2026 г.

## **Пояснительная записка**

**Направленность:** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры с мячом» (далее программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Наиболее эффективными средствами воспитания физических качеств и координационных способностей являются игровые упражнения с мячом. Дети легко поддаются воздействию педагогического процесса, направленного на развитие координационных способностей, которые сохраняются в течение длительного срока. От начального периода обучения основам игр с мячом во многом зависят будущие спортивные результаты.

Во многих общеобразовательных организациях созданы все условия для занятий с использованием элементов спортивных игр на формирование у детей устойчивого интереса к занятиям физической культуры.

### ***Актуальность программы***

Программа «Подвижные игры с мячом» составлена в соответствии с нормативно-правовыми актами и государственными программными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 28.12.2024 г.);

3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

7. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей, формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к спорту.

Подвижные игры с мячом коллективного характера создают благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых качеств и, конечно, коммуникативный навык. Отбивание мяча, повышает настроение, снимает усталость, снимает агрессию, помогает избавиться от мышечных напряжений, вызывает удовольствие.

Неоспорима и оздоровительная роль игры с мячом. Развивая мышечную силу в процессе игр с мячом у детей, усиливается кровообращение, улучшается работа важнейших органов растущего детского организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ. Так же игры и упражнения с мячом, являются средством коррекции различных нарушений осанки и плоскостопия.

Игровые упражнения с мячом являются средством, гармонически развивающего ребенка, дающим значительный образовательный и воспитательный эффект.

Летний период – активная пора социализации обучающихся. В период летних каникул перед большинством родителей встаёт вопрос о том, каким образом организовать летний отдых своих детей. **Летний лагерь при МАОУ СОШ № 33** – это площадка, где ребёнок находится под присмотром педагога,

занят интересным делом, где он общается со сверстниками, узнаёт много нового.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в том, чтобы предоставить обучающимся возможность сформировать и развить спортивный потенциал у учащихся, а также привить любовь к спорту и ЗОЖ.

### ***Адресат программы***

Данная программа рассчитана на обучение детей от 6,5 до 17 лет, имеющих сертификат дополнительного образования Свердловской области.

Наполняемость в группе составляет 8-14. Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программы 6,5-17 лет. Занятия проводятся в разновозрастных группах. Для младших школьников (6,5–10 лет) основной упор делается на игровые формы, развитие координации и базовых навыков владения мячом. Для подростков (11–17 лет) добавляются элементы спортивных игр, тактические задачи и соревновательные формы.

В коллектив могут быть приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью.

### ***Режим занятий***

Учебный план программы рассчитан на 3 недели обучения.

Занятия проводятся 5 раз в неделю по 1 часу.

Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

### ***Объём общеразвивающей программы***

Объём программы – 14 часов.

Программа рассчитана на 3 недели обучения в период с 1 июня по 19 июня включительно.

***Уровень освоения программы:*** ознакомительный.

***Формы обучения:*** групповая, индивидуально-групповая, фронтальная.

### ***Виды занятий***

- теоретические занятия,
- учебные и тренировочные занятия;
- эстафеты;
- соревнования;
- открытые занятия;
- подвижные игры;

- спортивные игры по упрощенным правилам;
- дидактические материалы.

Теоретические занятия проводятся в форме: бесед, просмотра и обсуждения видеоматериалов.

Практические занятия – учебные и тренировочные занятия проходят по традиционной схеме:

- подготовительная часть – разминка (выполняются общеразвивающие упражнения без мяча и с мячом); основная часть – выполняются упражнения с мячами, проводится обучение различным техническим приемам владения мячом (проводится прием контрольных упражнений).
- заключительная часть – упражнения на расслабления мышц, подведение итогов.

Формы подведения итогов реализации программы: эстафета.

### **Цель и задачи программы**

**Целью** данной программы – является «Формирование у обучающихся интереса к занятиям физической культурой и развитие координационных способностей через подвижные игры с мячом»

Задачи программы:

Для достижения цели необходима реализация следующих **задач**:

*обучающие:*

- формировать базовые знания в области физической культуры и спорта: термины, определения и понятия;
- формировать элементарные знания в области гигиены человека во время занятий физической культурой и спортом;
- обучить техническим навыкам владения мячом на основе спортивных игр и подвижных игр;
- освоить правила простых подвижных игр с мячами;
- сформировать навыки организации подвижных игр с мячом со сверстниками;
- обучить правилам безопасного поведения во время самостоятельных и учебных занятий подвижными играми с мячами.

*развивающие:*

- способствовать развитию точности и координации движений, быстроты реакций, силы, глазомера, согласованности движений;
- способствовать развитию физических качеств;
- укрепить здоровье, через привитие привычки выполнять утреннюю гигиеническую гимнастику с различными мячами; - расширить двигательные возможности обучающихся;
- формировать универсальные двигательные действия в процессе обучения;
- формировать навыки прокатывания, передачи, ловли, отбивания мяч о пол, о стену, бросков мяча в корзину, закатывания мяча в ворота, умение применять их в игровой ситуации;
- формировать навыки передавать, ловить и бросать мяч, сочетать эти действия между собой, а также с другими действиями с мячом и без мяча;
- развивать устойчивую мотивацию к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

*воспитательные:*

- воспитывать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированности;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни;
- заинтересовать обучающихся упражнениями и игрой с мячом;
- воспитывать трудолюбие и взаимопомощь, толерантность и уважение к партнёрам и соперникам во время игр;
- воспитывать умения подчинять собственные желания интересам коллектива, добиваться положительного результата в совместной деятельности.

## Содержание программы

### Учебный план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Правила техники безопасности	0,5	0,5	-	Беседа
2	Гигиена, предупреждение травм, первая помощь	0,5	0,5	-	Беседа

3	Подвижные игры с элементами спортивных игр	12	2	10	Соревнования, подвижные игры
4	Игры на закрепление и совершенствование умений и навыков в ловле, бросках, передачах, в ведении мяча	1	-	1	Эстафета
	<b>Всего</b>	<b>14</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	

### Содержание программы

#### 1. Правила техники безопасности.

*Теоретическая часть.* Знакомство с группой. Ознакомление обучающихся целями и задачами программы. Инструктаж по технике безопасности во время занятий физической культурой, подвижными играми. Режим дня юного спортсмена. Спортивная форма для занятий.

#### 2. Гигиена, предупреждение травм, первая помощь.

*Теоретическая часть.* Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Гигиенические знания и навыки. Правила закаливание. Режим дня и питание спортсмена. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние занятий физическими упражнениями на организм. Игры с мячами. История мяча. Игры народов России. Правила подвижных игр. Оздоровительная роль занятий физической культурой и спортом. Особенности выбора и подготовки мест для игр с мячом. Инструктаж по предупреждению травм, а также оказанию первой помощи.

#### 3. Подвижные игры с элементами спортивных игр.

*Теоретическая часть.* Понятия общая физическая подготовка. Классификация упражнений по общей физической подготовке. Влияние физических упражнений на развитие двигательных способностей.

*Практическая часть.* Ознакомление с местами проведения занятий. Подвижные игры на внимание, «Кривое зеркало», «Салки». Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метание в цель. Бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

#### 4. Игры на закрепление и совершенствование умений и навыков в ловле, бросках, передачах, введении мяча.

### **Планируемые результаты**

*Предметные результаты:*

- знает правила 3–4 подвижных игр с мячом;
- умеет выполнять ловлю, передачу и бросок мяча разными способами;
- умеет вести мяч на месте и в движении.

*Метапредметные результаты:*

- умеет работать в команде, соблюдать правила игры;
- может организовать подвижную игру с мячом со сверстниками.

*Личностные результаты:*

- проявляет интерес к занятиям физической культурой;
- демонстрирует дисциплинированность, уважение к соперникам.

#### **Формы контроля**

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе педагога дополнительного образования. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Формы контроля: наблюдение, выполнение контрольных упражнений, участие в эстафетах и соревнованиях.

#### **Календарный график**

<b>№ п/п</b>	<b>Основные характеристики образовательного Процесса</b>	
1	Количество учебных недель	3
2	Количество учебных дней	14
3	Количество часов в неделю	5
4	Количество часов	14
5	Начало занятий	1 июня
6	Окончание занятий	19 июня

### **Условия реализации программы** **Материально-техническое обеспечение:**

мячи футбольные (7 шт.), футбольные мини – ворота, мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные), скакалки, гимнастические палки, секундомер, рулетка, канат, свисток.

### **Кадровое обеспечение**

Реализовывать программу может педагог, имеющий высшее образование, обладающий достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности в области физкультуры и спорта, знающий педагогические технологии, методы и формы работы, специфичные для учреждения дополнительного образования детей.

### **Методические материалы**

Для реализации программы используются дидактические материалы:

- презентационные материалы к занятиям.

## Список литературы

### *Для педагогов:*

1. Виноградов В.М. Интеллект-ориентирование // журнал «Спорт в школе», 2008, №7.
2. Баррел Пэйе, Патрик Пайе. Баскетбол для юниоров. 110 упражнений от простых до сложных. ТВТ Дивизион. Москва 2018.-120с
3. Губа В. П. Интегральная подготовка футболистов: учебное пособие / В. П. Губа, А. В. Лексаков, А. В. Антипов. – Советский спорт, 2010. – 208 с.
4. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. «Интегративный курс физического воспитания для обучающихся начальной школы на основе футбола»
5. Жуков М.Н., Подвижные игры /ФКиС, Москва, 2014.
6. Киселев П.А., Киселева С.Б. «Подвижные и спортивные игры с мячом.»/ Планета., 2015.
7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами: Метод. Пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.-136с.
8. Массовый футбол. Организационно-методическое пособие для преподавателей уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. Общероссийская общественная организация «Российский футбольный союз», Москва 2012.
9. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы. – М.: ЦОМОФВ, 2009.
10. «Фитбол за 10 минут в день»/ Л.Бурбо. – Ростов – на - Дону: Издательский центр «Феникс», 2015. – 160 с.
11. Мишин, Б.И. Книга для учителя физической культуры / Б.И. Мишин. - М., 2003. -397с.
12. Спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности 4 класс. Развивающие задания для школьников. Планета <http://catalog.planetakniga.ru/65659359>
13. Патрикеев, А. Ю. Гимнастика и подвижные игры в начальной школе / А.Ю. Патрикеев. - М.: Феникс, 2014. - 95 с.

14. Упражнения с набивным мячом / А. Н. Глейберман. – М. : Физкультура и Спорт, 2019. – 159,
15. Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал «Спорт в школе», 2011, № 7.
16. Клещев Ю., Фурманов А. Юный волейболист: [Учебник].— М.: ФИС, 2005. – 228 с.
17. Дополнительная общеразвивающая программа «Школа мяча»/ — М.: ФГБУ «ФЦОМОФВ», 2020

***Интернет – ресурсы:***

<https://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/igry-s-mjachom-dljanachalnyh-klasov.html>; <https://znayka.pw/uchebniki/4-klasse/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-podvizhnyeigry-fedorova-n-a/>;  
[https://infourok.ru/sbornik\\_igr\\_s\\_myachami\\_dlya\\_mladshego\\_shkolnogo\\_vozrast a.-124451.htm](https://infourok.ru/sbornik_igr_s_myachami_dlya_mladshego_shkolnogo_vozrast a.-124451.htm); <https://proshkolu.ru/user/titova46/blog/431087>;  
[http://kuznetsova-books.ru/\\_ld/0/51\\_6d5.pdf](http://kuznetsova-books.ru/_ld/0/51_6d5.pdf);  
[https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20с%20мячом%20для%20младших%20школьников&path=wizard&parentreqid=1608196574912444-645122865682250325700098-production-app-hostman-web-yp-76&wiz\\_type=vital&filmId=62698033258959687](https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20с%20мячом%20для%20младших%20школьников&path=wizard&parentreqid=1608196574912444-645122865682250325700098-production-app-hostman-web-yp-76&wiz_type=vital&filmId=62698033258959687);  
[https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20с%20мячом%20для%20младших%20школьников&path=wizard&parentreqid=1608196574912444-645122865682250325700098-production-app-hostman-web-yp-76&wiz\\_type=vital&filmId=6606900028059519856](https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20с%20мячом%20для%20младших%20школьников&path=wizard&parentreqid=1608196574912444-645122865682250325700098-production-app-hostman-web-yp-76&wiz_type=vital&filmId=6606900028059519856);  
[https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20с%20мячом%20для%20младших%20школьников&path=wizard&parentreqid=1608196574912444-645122865682250325700098-production-app-hostman-web-yp-76&wiz\\_type=vital&filmId=8131485782902374318](https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20с%20мячом%20для%20младших%20школьников&path=wizard&parentreqid=1608196574912444-645122865682250325700098-production-app-hostman-web-yp-76&wiz_type=vital&filmId=8131485782902374318).

***Для детей и родителей:***

- Бойко, Е.А. Лучшие подвижные и логические игры для детей от 5 до 10 лет / Е.А. Бойко. - М.: Книга по Требованию, 2018. - 256 с.
- Ключева, М. А. Народные подвижные детские игры. Современный фольклорный сборник / М.А. Ключева. - М.: Форум, Неолит, 2014. - 400 с. Матюхина, Ю. А. 365 лучших подвижных игр для детей 6-9 лет на каждый день / Ю.А. Матюхина. - М.: Академия развития, 2018. - 320 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 164080145689967333156820043111337528412520734841

Владелец Кривцова Оксана Анатольевна

Действителен с 08.05.2026 по 08.05.2027