




Муниципальное общеобразовательное учреждение
Большенагаткинская средняя школа имени Героя Советского Союза В.А.Любавина
муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области

| | | |
|--|---|--|
| <p>РАССМОТРЕНО на заседании ШМО  Князькина С.Н. Протокол №1 от «29» августа 2023 г.</p> | <p>СОГЛАСОВАНО заместитель директора по УВР  Шигабутдинова Г.И. «29» августа 2023 г.</p> | <p>УТВЕРЖДЕНО Директор Большенагаткинской средней школы им. Героя Советского Союза В.А.Любавина МО «Цильнинский район» Ульяновской области  _____ Руссков Д.М. Приказ № 233 от «01» сентября 2023 г.</p> |
|--|---|--|

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»**

для 1- 4 класса
начального общего образования
(корпус №3 с. Новые Тимерсяны)
на 2023-2024 учебный год

Направление: спортивно-оздоровительное

Срок реализации : 1 год

Количество часов: 34

Составитель: Алиуллина Рузалия Хабировна, учитель начальных классов

2023 г.

I. Пояснительная записка

Программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» 1-4 класс разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса (приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»);
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»);
- На основе примерной программы внеурочного курса, авторская программа – «Подвижные игры» Баскаева Е.А., 2013г.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. 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. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год, 2-4 классы - 34 часа в год. На реализацию курса внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 135 часов. Срок реализации программы: 4 года

II. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;

- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны знать:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

III. Содержание курса внеурочной деятельности

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности. Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: *викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах и др.*

Игры с бегом (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробы»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»
Игра «Пустое место».
- Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробы-попрыгунчики».

Игры с прыжками (4 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

Игры с мячом (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности (4 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы».
- Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «

Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

Зимние забавы (4 часа)

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

Практические занятия:

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Народные игры (5 часов)

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр.

Игровая терминология.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

IV. Тематическое планирование

| № П/П | Наименование раздела | Тема занятия | Кол-во часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|-----------------------------------|-----------------------------|--------------|---|
| 1 | Игра с бегом 6 часов | ТБ. Игра «Вороны и воробьи» | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 2 | | Игра «Совушка». | 1 | |
| 3 | | Игра «День и ночь». | 1 | |
| 4 | | Игра «Вызов номеров» | 1 | |
| 5 | | Игра «Два мороза». | 1 | |
| 6 | | Игра «Воробушки». | 1 | |
| 7 | Игры с прыжками 4 часа | Игра «Салки на одной ноге | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 8 | | Игра «Кто выше» | 1 | |
| 9 | | Игра «Пингвины с мячом». | 1 | |
| 10 | | Игра «Поймай лягушку». | 1 | |
| 11 | Игры с мячом 6 часов | Игра «Свечи». | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 12 | | Игра «Передал – садись». | 1 | |
| 13 | | Игра «Охотники и утки». | 1 | |
| 14 | | Игра «Рак пятится назад». | 1 | |
| 15 | | Игра «Кто самый меткий». | 1 | |
| 16 | | Игра «Не упусти мяч» | 1 | |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 17 | Игры малой подвижности 4 часа | Игра «Карлики и великаны». | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 18 | | Игра «Кошка и мышка». | 1 | |
| 19 | | Игра «Чемпионы скакалки». | 1 | |
| 20 | | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?» | 1 | |
| 21 | Зимние забавы 4 часа | Игра «Лепим сказочных героев». | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 22 | | Игра «Лепим снежную бабу». | 1 | |
| 23 | | Игра «Санные поезда». | 1 | |
| 24 | | Игра «Езда на перекладных» | 1 | |
| 25 | Эстафеты 5 часов | Эстафеты «Бег сороконожек». | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 26 | | Эстафеты «Бег по кочкам», | 1 | |
| 27 | | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 | |
| 28 | | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны». | 1 | |
| 29 | | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место». | 1 | |
| 30 | Русские народные игры 5 часов | Игра «Чехарда» | 1 | Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game |
| 31 | | Игра «Бегунок» | 1 | |
| 32 | | Игра «Верёвочка» | 1 | |
| 33 | | Игра «Котел» | 1 | |
| 34 | | Игра "Дедушка - сапожник". | 1 | |

V. Календарно- тематическое планирование

| № П/П | Тема занятия | Кол-во часов | Дата проведения | |
|-----------------------------|-----------------------------|--------------|-----------------|------|
| | | | План | Факт |
| Игра с бегом 6 часов | | | | |
| 1 | ТБ. Игра «Вороны и воробьи» | 1 | 06.09 | |

| | | | | |
|--------------------------------------|--|---|-------|--|
| 2 | Игра «Совушка». | 1 | 13.09 | |
| 3 | Игра «День и ночь». | 1 | 20.09 | |
| 4 | Игра «Вызов номеров» | 1 | 27.09 | |
| 5 | Игра «Два мороза». | 1 | 04.10 | |
| 6 | Игра «Воробушки». | 1 | 18.10 | |
| Игры с прыжками 4 часа. | | | | |
| 7 | Игра «Салки на одной ноге | 1 | 25.10 | |
| 8 | Игра «Кто выше» | 1 | 01.11 | |
| 9 | Игра «Пингвины с мячом». | 1 | 08.11 | |
| 10 | Игра «Поймай лягушку». | 1 | 15.11 | |
| Игры с мячом 6 часов | | | | |
| 11 | Игра «Свечи». | 1 | 29.11 | |
| 12 | Игра «Передал – садись». | 1 | 06.12 | |
| 13 | Игра «Охотники и утки». | 1 | 13.12 | |
| 14 | Игра «Рак пятится назад». | 1 | 20.12 | |
| 15 | Игра «Кто самый меткий». | 1 | 27.12 | |
| 16 | Игра «Не упусти мяч» | 1 | 10.01 | |
| Игры малой подвижности 4 часа | | | | |
| 17 | Игра «Карлики и великаны». | 1 | 17.01 | |
| 18 | Игра «Кошка и мышка». | 1 | 24.01 | |
| 19 | Игра «Чемпионы скакалки». | 1 | 31.01 | |
| 20 | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?» | 1 | 07.02 | |
| Зимние забавы 4 часа | | | | |
| 21 | Игра «Лепим сказочных героев». | 1 | 14.02 | |
| 22 | Игра «Лепим снежную бабу». | 1 | 28.02 | |
| 23 | Игра «Санные поезда». | 1 | 06.03 | |
| 24 | Игра «Езда на перекладных» | 1 | 13.03 | |

| Эстафеты 5 часов | | | | |
|--------------------------------------|---|---|-------|--|
| 25 | Эстафеты «Бег сороконожек». | 1 | 20.03 | |
| 26 | Эстафеты «Бег по кочкам», | 1 | 27.03 | |
| 27 | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 | 03.04 | |
| 28 | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны». | 1 | 17.04 | |
| 29 | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место». | 1 | 24.04 | |
| Русские народные игры 5 часов | | | | |
| 30 | Игра «Чехарда» | 1 | 01.05 | |
| 31 | Игра «Бегунок» | 1 | 08.05 | |
| 32 | Игра «Верёвочка» | 1 | 15.05 | |
| 33 | Игра «Котел» | 1 | 22.05 | |
| 34 | Игра "Дедушка - сапожник". | 1 | 22.05 | |