

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Школа № 134» городского округа Самара

РАССМОТРЕНО

Заседание метод.
объединения

Смурова Е.В.
Приказ №1 от «30» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

Капуциянова С.В.
от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Астаева А.В.
Приказ №85-од
от «30» 08 2023 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

1-2,3,4 классы

Срок реализации: 3 года

Составитель: учитель начальных классов
Коробова Л.Г.

г. Самара 2023

Пояснительная записка

Программа курса «Подвижные игры» для 1 - 2, 3, 4 классов разработана в соответствии:

- с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержден приказом МО и науки РФ от 16.10.2009г. № 373 с изменениями и дополнениями);
- с особенностями Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Школы №134 г.о. Самара.
- с авторской программой по физической культуре Ляха В.И.

Программа курса «Подвижные игры» составлена для внеурочных занятий с учащимися 1-4 классов. «Подвижные игры» входит во внеурочную деятельность по «спортивно – оздоровительному» направлению.

Актуальность программы определена тем, что образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

У многих учеников начальной школы наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. **Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 204 часа: по 68 часов в год, с проведением занятий во 1-2,3,4 классах два раза в неделю.

Цель:

удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;

- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

Результаты решения выше перечисленных задач определяются в игровой форме с использованием спортивного инвентаря и без него.

Планируемые результаты

Личностные результаты

- умение оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- умение понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму Познавательные УУД:
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- партнера по деятельности.
- Учет разных мнений и умение обосновать собственное.
- Эмоционально -позитивное отношение к процессу сотрудничества

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Уровень воспитательных результатов.

Уровень	Результат
Первый	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;
	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> практическое освоение методов и форм физической культуры, простейших элементов спортивной подготовки; <input type="checkbox"/> получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания.
Второй	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> формирование позитивного отношения обучающихся к своему здоровью, как к ценности неотъемлемой составляющей хорошего самочувствия, успехов в учёбе и жизни вообще.
Третий	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> регулярные занятия спортом; <input type="checkbox"/> систематическое оздоровительно-закаливающие процедуры; <input type="checkbox"/> участие в спортивных и оздоровительных акциях в окружающем школу социуме.

Вид внеурочной деятельности

Вид внеурочной деятельности	Образовательные формы
Игровая	Ролевая игра Социально-моделирующая игра
Спортивно – оздоровительная деятельность	Беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах. Школьные спортивные турниры

Тематический план программы

1-2 класс

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов		
		Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Русские народные игры	22	В процессе урока	22
2	Подвижные игры	16		16
3	Эстафеты	16		16
4	Игры народов России	14		14
	Итого:	68		68(100%)

3 класс

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов		
		Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Русские народные игры	22	В процессе урока	22
2	Эстафеты	12		12
3	Игры народов России	34		34
	Итого:	68		68(100%)

4 класс

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов		
		Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Русские народные игры	38	В процессе урока	38
2	Эстафеты	16		16
3	Игры народов России	14		14
	итого	68		68 (100%)

Содержание курса

№	Название раздела	Краткое содержание	Формы организации
1	Русские народные игры	<p>Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей детей, координации движений, силы и ловкости. На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.</p> <p>Используются такие игры как: «Жмурки», «Кот и мышь», «Горелки», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Краски», «Гори, гори ясно», «Ляпка»</p>	<p>Ролевая игра, социально-моделирующая игра, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах, школьные спортивные турниры.</p>
2	Подвижные игры	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Используются такие игры как: «Совушка», «Мышеловка», «Пустое место», «Карусель», «Кто быстрее», «Конники-спортсмены», «Лягушата и циплята», «Карлики-великаны»</p>	<p>Ролевая игра, социально-моделирующая игра, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах, школьные спортивные турниры.</p>
3	Эстафеты	<p>Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыков передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Используются такие эстафеты как:</p>	<p>Ролевая игра, социально-моделирующая игра, беседы о ЗОЖ, участие в</p>
		<p>«Передача мяча», «С мячом», эстафета зверей, «Быстрые и ловкие», «Вызов номеров», эстафеты по кругу, с обручем, со скакалкой, «Встречная»</p>	<p>оздоровительных процедурах, школьные спортивные турниры.</p>

4	Игры России	<p>народов Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физических способностей.</p> <p>Используются игры башкирского, бурятского, дагестанского, марийского, татарского, якутского, чувашского, мордовского, северо-осетинского, чечено-ингушского, тувинского и других народов России. Такие как: «Юрта», «Медный пень», «Серый волк», «Сокол и лиса», «Рыбки», «Ищем палочку», «Выбей из круга», «Невод», «Стой, олень!» и другие.</p>	<p>Ролевая игра, социально моделирующая игра, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах, школьные спортивные турниры.</p>
---	-------------	--	--

Система оценки достижения результатов внеурочной деятельности

Измерителями достижений являются спортивные соревнования школьного уровня и проводятся в процессе занятий. Подведение итогов осуществляется в процессе конкурса мини-проектов по выбранной теме.

Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

1. А.П. Матвеев. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ. 1 – 4 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. Москва Просвещение 2011
2. Лях В.И., А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-4 классов (общеобр.), Москва, Просвещение, 2011
3. Киселёв П.А., Киселева С.Б., Киселёва Е.П. Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время. Москва, Планета, 2013
5. М.Ф.Литвинова. Русские народные подвижные игры. Просвещение. 1986

Оборудование

Магнитофон, диски, методические материалы для возможности объяснений условий игр. Набор спортивного инвентаря, включающий в себя все необходимые предметы для проведения спортивных игр (мячи, скакалки, обручи, флажки, мешки, гимнастические палки, маты, кегли, рулетка, и т.д.)

Тематическое планирование**1-2 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1,2	Русская народная игра «Жмурки»	2
3,4	Русская народная игра «Кот и мышь»	2
5,6	Русская народная игра «Горелки»	2
7,8	Русская народная игра «Салки»	2
9,10	Русская народная игра «Пятнашки»	2
11,12	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2
13,14	Русская народная игра «Фанты»	2
15,16	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2
17,18	Русская народная игра «Волк»	2
19,20	Русская народная игра «Птицелов»	2
21,22	Подвижная игра «Совушка»	2
23,24	Подвижная игра «Мышеловка»	2
25,26	Подвижная игра «Пустое место»	2
27,28	Подвижная игра «Карусель»	2
29,30	Подвижная игра «Кто быстрее?»	2
31,32	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	2
33,34	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	2
35,36	Подвижная игра «Карлики и великаны»	2
37,38	Эстафета «Передача мяча»	2
39,40	Эстафета «С мячом»	2
41,42	Эстафета зверей	2
43,44	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2
45,46	Эстафета «Вызов номеров»	2
47,48	Эстафета по кругу	2

49,50	Эстафета с обручем	2
51,52	Эстафета со скакалкой	2
53,54	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	2
55,56	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2
57,58	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2
59,60	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2
61,62	Марийская народная игра «Катание мяча»	2
63,64	Татарская народная игра «Серый волк»	2
65,66	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2
67	Чувашская игра «Рыбки»	1
68	Конкурс мини-проектов об играх	1

Тематическое планирование

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Колво часов
1,2	Русская народная игра «Краски»	2
3,4	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	2
5,6	Русская народная игра «Ляпка»	2
7,8	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2
9,10	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2
11,12	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2
13,14	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	2
15,16	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	2
17,18	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	2
19,20	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	2
21,22	Марийская народная игра «Катание мяча»	2
23,24	Татарская народная игра «Серый волк»	2
25, 26	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2
27,28	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяк»	2
29,30	Чечено-ингушская игра «Чиж»	2
31,32	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	2
33, 34	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	2
35,36	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	2
37,38	Чувашская игра «Рыбки»	2

39,40	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	2
41,42	Эстафета «Вызов номеров»	2
43,44	Эстафета по кругу	2
45,46	Эстафета с обручем	2
47,48	Эстафета с мячом	2
49,50	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2
51,52	Эстафета «Встречная»	2
53,54	Русская народная игра «Салки»	2
55,56	Русская народная игра «Пятнашки»	2
57,58	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2
59,60	Русская народная игра «Фанты»	2
61,62	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2
63,64	Русская народная игра «Волк»	2
65,66	Русская народная игра «Птицелов»	2
67	Русская народная игра «Горелки»	1
68	Конкурс мини-проектов об играх	1

Тематическое планирование

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Колво часов
1,2	Русская народная игра «Жмурки»	2
3,4	Русская народная игра «Кот и мышь»	2
5,6	Русская народная игра «Горелки»	2
7,8	Русская народная игра «Салки»	2
9,10	Русская народная игра «Пятнашки»	2
11,12	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2
13,14	Русская народная игра «Фанты»	2
15,16	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2
17,18	Русская народная игра «Волк»	2
19,20	Русская народная игра «Птицелов»	2
21,22	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	2
23,24	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2
25,26	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2
27,28	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2
29,30	Марийская народная игра «Катание мяча»	2
31,32	Татарская народная игра «Серый волк»	2
33,34	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2
35,36	Чувашская игра «Рыбки»	2
37,38	Эстафета «Передача мяча»	2

39,40	Эстафета со скакалкой	2
41,42	Эстафета «С мячом»	2
43,44	Эстафета зверей	2
45,46	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2
47,48	Эстафета «Вызов номеров»	2
49,50	Эстафета по кругу	2
51,52	Эстафета с обручем	2
53,54	Русская народная игра «Салки»	2
55,56	Русская народная игра «Пятнашки»	2
57,58	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2
59,60	Русская народная игра «Краски»	2
61,62	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	2
63,64	Русская народная игра «Третий лишний»	2
65,66	Русская народная игра «Пятнашки»	2
67	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
68	Конкурс мини-проектов об играх	1

Предлагаемые темы для защиты проектов

№	Тема проекта	Предполагаемый продукт проекта
1	Игры русского народа	Презентация, буклет
2	Игры народов России (на выбор)	Презентация, буклет
3	История происхождения русских игр	Презентация
4	История происхождения игр народов России (на выбор)	Презентация

