

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Прииртышская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:

на заседании педагогического совета школы
Протокол от «30» августа 2022 г. № 1

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по УВР
_____ А.И. Исакова

УТВЕРЖДЕНО:

приказом директора школы
от «31» августа 2022 г. № 32



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для 1-4 класс
на 2022-2023 учебный год

Составитель программы: Булашева Дарья Ивановна
учитель физической культуры
без квалификационной категории

п. Прииртышский
2022 год

I. Содержание программы

Кружок «Подвижные игры» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма - это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры - это не только важное средство воспитания, значение их шире - это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Кладовую подвижных игр» вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

“Русские народные игры”

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны. На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

“Игры народов России”

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и другие физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

“Подвижные игры”

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

“Эстафеты”

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

Личностными результатами являются следующие умения:

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

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятий;

- 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, идентификации проблемы, поиска и оценка альтернативных способов разрешения конфликтов, принятие решения и его реализации;
- управление поведением партнера – контроль, коррекция, оценка его действия;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владения монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации;
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

Формы занятий занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Режим занятий:

В 1-4 классах начальной школы занятия продолжительностью 40 минут проводятся один раз в неделю, в группах не более 17 человек, но и менее 10-ти.

Планируемый результат:

- ✓ у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- ✓ сформировано начальное представление о культуре движения;
- ✓ младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- ✓ обобщение и углубление знаний об истоки, культуре народных игр;
- ✓ умение работать в коллективе.

Материально-техническое обеспечение:

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим основание учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и специфика курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в

процессе занятий. Важнейшее требование - безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Место секции в учебном плане.

Программа рассчитана на 34 часов в году, продолжительность занятия 40 минут. Содержание секции отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Ценностным ориентирами содержания данного кружка являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия.
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.

Методические рекомендации

Простые и усложненные игры – догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и заканчивая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умение соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку активизируются иные центры нервной системы.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

Весь материал разделяете» на отдельные разделы:

раздел - "Русские народные игры"

раздел - "Игры народов России"

раздел - "Подвижные игры"

раздел - "Эстафеты"

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей. Цели изучения по каждому разделу

II. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Подвижные игры»

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему. У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

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 или продолжали существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет региональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

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

Основными задачами данной курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- 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 *- организации совместной продуктивной деятельности.

Тематическое планирование

№ п/п	Разделы, темы учебного занятия (урока)	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учётом программы воспитания
Подвижные игры (34 часа)				
1.	Гуси - лебеди	1	https://kssovushka.ru/zhurnal/3/85-avtorskaya-igra-gusi-lebedi-russkaya-narodnaya-podvizhnaya-igra-gusi-lebedi-v-obrabotke/	Формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни
2.	У медведя во бору	1	https://www.maam.ru/detskij-sad/podvizhnaja-igra-u-medvedja-vo-boru-vtoraja-mladshaja-vozzrast-3-5-let.html	Оценивать поведение человека с точки зрения здорового образа жизни.
3.	Филин и пташки	1	https://allforchildren.ru/games/active1-12.php	Побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации
4.	Палочка – выручалочка	1	https://allforchildren.ru/games/active1-18.php	Организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на уроке социально значимой информации – обсуждать, высказывать мнение
5.	Блуждающий мяч	1	https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/10/09/detskie-podvizhnye-igry-raznyh-narodov	Устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя
6.	Скорее в круг	1	https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/09/10/kartoteka-podvizhnyh-igr-dlya-detey-6-7-let-po	Воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности. Воспитание культуры общения на уроке
7.	Ловишки в кругу	1	https://allforchildren.ru/games/active1-10.php	Формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и аргументировать своё мнение

8.	Пчелки и ласточки	1	https://www.maam.ru/detskijasad/ruskie-narodnye-igry-stado-i-pchelki-i-lastochki.html	Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов
9.	К своим флажкам	1	https://uchitelya.com/fizkultura/75287-igra-k-svoim-flazhkam-1-2-klass.html	Формировать понимание влияния физических упражнений на физическое развитие и физическую подготовленность
10.	Третий лишний	1	https://allforchildren.ru/games/active7-11.php	Формирование понимания анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу
11.	Колдунчики	1	http://games.kolossale.ru/Podvig/Podvig29.php	Научить владеть навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях
12.	Якутская народная игра «Сокол и лиса»	1	https://infourok.ru/podvizhnie-igri-igri-narodov-mira-1108886.html	Формировать умения работать в команде научить оценивать результаты своей деятельности. Осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе
13.	Эстафета по кругу	1	https://multiurok.ru/files/podvizhnaia-igra-estafeta-po-krugu.html	Осмысливание своего эмоционального состояния от работы, сделанной для себя и других. Воспитание уважительного отношения к проигравшим
14.	Эстафета «Вызов номеров»	1	https://fk12.ru/games/igra-vyzov-nomerov	Научить владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
15.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	https://ped-kopilka.ru/blogs/50376/sportivno-intelektualnaja-yestafeta-ves-lye-starty-mezhdu-	Формировать умения организовывать самостоятельную работу учащихся,

			sbornymi-komandami-uchaschihsja-9-10-klasov-ih-rodstvenikov-i-pedagogov.html	соблюдение техники безопасности и формирование знаний гигиенических правил, связанных с ЗОЖ и организацией рабочего места, безопасность в быту
16.	Эстафета «Гонка мячей в колонне»	1	https://medn.ru/statyi/IgradlyashkolnikovGonkamy2.html	Дать необходимую информацию о технике безопасности на занятиях и играх, дать знания о терминологии игр и достижениях российских спортсменов в различных игровых видах спорта
17.	Эстафета «Передача мяча»	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/06/30/estafety-s-myachom	Воспитывать у обучающихся чувство уважения к сопернику к судье, чувство поддержки своим одноклассникам
18.	«Два мороза»	2	https://dou.su/node/854	Научить выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях
19.	Русская народная игра «Кот и мыши»	1	https://cyberpedia.su/8x2c06.html	
20.	Русская народная игра «Горелки»	1	https://www.i-igrushki.ru/archive/gorelki.html	Применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
21.	«Мышеловка»	1	https://dou.su/node/205	Реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов

22.	«Кто быстрее?»	1	https://cyberpedia.su/17xbf17.html	Давать знания о достижениях российских спортсменов в различных видах спорта
23.	Русская народная игра «Жмурки»	1	https://www.i-igrushki.ru/archive/zhmurki-luchshiy-variant-igry-na-svezhem-vozdukhe.html	Научить владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)
24.	Дагестанская народная игра «Выбей из круга»	1	https://geniys.ru/igry/aktivnie/dagestanskije-narodnye-igry-dlya-detej/	Применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работав парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
25.	Эстафета «С обручами»	1	https://www.maam.ru/detskijasad/yestafeta-veselimsja-s-obruchami-dlja-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html	Привлекать внимание к знаниям о значениях гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости
26.	Русская народная игра «Мини-лапта»	4	https://alvin-almazov.ru/rules/mini-lapta-pochemu-tak-slozhno-vyigrat-v-prostoj-s-vidu-igre/	Дать необходимую информацию о технике безопасности на занятиях и играх, дать знания о терминологии игр и достижениях российских спортсменов в различных игровых видах спорта.
27.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	http://dou19.org.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=406&Itemid=20	Воспитывать у обучающихся чувство уважения к сопернику к судье чувство поддержки своим одноклассникам
28.	Татарская народная игра «Серый волк»	1	https://www.i-igrushki.ru/archive/ne-zabyvay-star.html	Научить выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях
29.	Чувашская игра «Рыбка»	1	https://urok.1sept.ru/articles/677666	Осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе

30.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	https://solnyshko-orlovsk.caduk.ru/p46aa1.html	Формировать умения работать в команде научить оценивать результаты своей деятельности
1 четверть		7		
2 четверть		8		
3 четверть		11		
4 четверть		8		
Итого		34		