

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ГИЛЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Согласовано:

На заседании
методического
объединения школы
Протокол № 01 от
«30» августа 2023 г.

Принято:

На заседании
педагогического
совета
Протокол № 01 от
«31» августа 2023 г.

Утверждаю:

Директор школы
_____ Клименок Т.П.
Приказ № 66/1 от
«31» августа 2023 г.

**Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
1-2 классы
на 2023 - 2024 учебный год**

Разработана Клименок Ю.Н.
учителем физической культуры
высшей квалификационной
категории

с. Гилево, 2023 год

Рабочая программа по подвижным играм разработана на основе

- Федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
- Национальной доктрины образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
- Стратегией развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
- Проведением мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
- Концепцией Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р
- Федерального государственного образовательного стандарта основного начального образования, с учетом программы по физической культуре 1- 4 классов. - М.: Просвещение 2013г
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России
- Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального образования.

Выбор содержания программы и учебно-методического комплекса обусловлен полнотой, доступностью предложенного материала и условиями материальной базы, климатическими условиями.

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, лучении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

2. Общая характеристика учебного предмета «Подвижные игры»

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в

формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседы с учащимися на темы предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр презентаций. В данной программе предусматривается проведение специальных теоретических занятий на следующие темы: «Утренняя гимнастика», «гигиена», «правильная осанка». А так же изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными и спортивными играми, гимнастическими упражнениями.

3. Место учебного предмета «Подвижные игры» в учебном плане

Программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 2 – 4 класса. Рассчитана программа на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока, в системе целого учебного дня 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей – учащиеся 2 – 4 класса с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Формы занятий – в форме урока, беседы, урок - фестиваль, урок - путешествие, урок - соревнования

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.

Дети научатся:

Активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

освоить:

- способы и особенности движений и передвижений человека;

- знания о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

- знания об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;

- причины травматизма и правила его предупреждения;

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;

- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Ожидаемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана 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 истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена

общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Планируемые результаты:

Личностные результаты: ученик научиться: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленных целей; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в процессе игровой деятельности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

Познавательные УДД: ученик получит возможность научиться: технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

Коммуникативные УУД: ученик научится: обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, общаться и взаимодействовать со сверстниками и взрослыми на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Регулятивные УУД: овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стараются ее выполнять.

Предметные результаты:

научатся: выполнять беговые, прыжковые, общеразвивающие упражнения под музыку; получают возможность научиться: находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений, игр, эстафет; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.

6. Содержание учебного предмета

Теоретический раздел: беседы на темы: «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).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры»

Основные разделы программы

№ п/п	Название раздела	Общее количество часов
1	Народные игры	6
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6часов)	6
3	Подвижные игры	14
4	Спортивные игры	3
5	Спортивные праздники	5

7. Тематическое планирование 1 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности	Кол-во часов	По плану	Факт
1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения			
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни- порядок»	«Беседа о гигиене» Правила игр.			
3	Игры на развитие памяти.	Игры «Художник» « Все помню»			
4	Игры на развитие воображения.	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.			
5	Игры на развитие памяти	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.			
6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».			
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.			
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.			
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.			
10	Русская народная игра	Правила игры.			

	«Кот и мышь» «Локомотив».	Разучивание игры. Проведение игры.			
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Правила игры. Проведение игры.			
12	Русская народная игра « Удар по веревочке»	Правила игры. Проведение игры.			
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр			
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами			
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость.			
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.			
17	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.			
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.			
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки			
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики- воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.			
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.			
22	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.			
23	Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.			
24	Игры зимой: «Охота на куропаток»	Игры со скакалкой, мячом.			

25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.			
26	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.			
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.			
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.			
29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.			
30	Футбол	Проведение игры.			
31	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.			
32-	Олимпийские игры	Эстафеты с предметами			
33	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без			
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами			

Тематическое планирование 2 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности	Кол-во часов	По плану	Факт
1	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения			
2	«Салки»	«Беседа о гигиене» Правила игр.			
3	«Догони меня»	Игры «Художник» «Все помню»			
4	«Вызов номеров»	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.			
5	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.			
6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».			
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.			
8	Русские народные игры:	Игровые правила. Выбор			

	«Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	и ограничение игрового пространства. Проведение игры.			
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.			
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.			
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Правила игры. Проведение игры.			
12	Русская народная игра «Удар по веревочке»	Правила игры. Проведение игры.			
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо....». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр			
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами			
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила , быстрота, ловкость.			
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.			
17	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.			
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.			
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки			
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.			
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в	Разучивание и проведение игр. Метание			

	цель».	снежков в цель.			
22	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.			
23	Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.			
24	Игры зимой: «Охота на куропаток»	Игры со скакалкой, мячом.			
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.			
26	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.			
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.			
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.			
29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.			
30	Футбол	Проведение игры.			
31	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.			
32	Олимпийские игры	Эстафеты с предметами			
33	Большие гонки	Научатся: выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»			
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по канату.			

8. Методическое обеспечение.

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
3. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
6. <http://vashechudo.ru/> игры зимой