

**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»
3-4 классы
на 2023 - 2024 учебный год**

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

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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.

Место предмета в базисном плане: согласно учебному плану школы в 3-4 классе на изучение курса «Подвижные игры» отводится 34 часов из расчета 1 час в неделю

2. Общая характеристика учебного предмета «Подвижные игры»

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 3–4 класса. Рассчитана программа на 34 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведение 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 3-4 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

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 достижении 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:

аучатся: 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

№	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

Тематическое планирование 3 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности	Количество часов	По плану	Факт
1	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	1		
2	«Салки»	«Беседа о гигиене» Правила игр.	1		
3	«Догони меня»	Игры «Художник» «Все помню»	1		
4	«Вызов номеров»	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.	1		
5	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	1		
6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».	1		
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1		
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	1		
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	1		
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Правила игры. Проведение игры.	1		
12	Русская народная игра «Удар по веревочке»	Правила игры. Проведение игры.	1		
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо....». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами	1		

		и проведение игр			
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	1		
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость.	1		
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	1		
17	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	1		
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	1		
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки	1		
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	1		
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	1		
22	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	1		
23	Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.	1		
24	Игры зимой: «Охота на куропаток»	Игры со скакалкой, мячом.	1		
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	1		
26	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	1		
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.	1		
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1		
29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	1		

30	Футбол	Проведение игры.	1		
31	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	1		
32	Олимпийские игры	Эстафеты с предметами	1		
33	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	1		
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	1		

Тематическое планирование 4 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности	Количество часов		Факт
1	ТБ. Беседа здоровый образ жизни. Игра «Волк и овцы».	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	1		
2	Беседа «здоровье в порядке спасибо зарядке»	«Беседа о гигиене» Правила игр.	1		
3	Личная гигиена . Игра «салки»	Игры «Художник», « Все помню»	1		
4	Профилактика травматизма . Игра «Воробы вороны»	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.	1		
5	Нарушение осанки «Волк во рву»	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	1		
6	Русские игровые традиции в подвижных играх «Зазывалки»	Игры «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».	1		
7	Народная игра «Жребий»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1		
8	Русские народные игры: «Волк во рву»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	1		
9	Игра «Волк и овцы»	Правила игры. Проведение игры.	1		
10	ТБ. Игра « Медведь и важак»	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1		
11	Русская народная игра «Водяной»	Правила игры. Проведение игры.	1		
12	Русская народная игра « Невод»	Правила игры. Проведение игры.	1		
13	Игра «Чехарда»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться	1		

		надо...». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр			
14	Игра «Птицелов»	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	1		
15	Игра «Жмурки»	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость.	1		
16	Профилактика травматизма. Игра «Салки»	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	1		
17	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	1		
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	1		
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки	1		
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	1		
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	1		
22	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	1		
23	Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.	1		
24	Игры зимой:«Охота на куропаток»	Игры со скакалкой, мячом.	1		
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	1		
26	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	1		
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование	1		

		координации движений.			
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1		
29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	1		
30	Футбол	Проведение игры.	1		
31	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	1		
32	Олимпийские игры	Эстафеты с предметами	1		
33	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	1		
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	1		

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