

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию города Барнаула

МБОУ "СОШ №76"

**РАССМОТРЕНО
И ПРИНЯТО
Педагогическим
советом
Протокол №16 от
«25» августа 2023 г.**

**УТВЕРЖДЕНО
Директор**

Кочкина И. Н.
Приказ №86 от
«25» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры (1-4 классы)»
Начальное общее образование
на 2023-2024 учебный год**

г. Барнаул 2023

Пояснительная записка

Содержание программы

Программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 1-4 классов. Программа предусматривает 33 учебных часа (в 1 классе), 34 учебных часа во 2-4 классах и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Основной формой проведения внеурочной деятельности является – групповая. (подвижные игры). Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

Виды деятельности:

- Проведение бесед по охране здоровья
- Применение на занятиях игровых моментов
- Динамические паузы и прогулки в начальной школе
- Участие в подвижных играх

«Сюжетные игры», «Бессюжетные игры», игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр». Подвижная игра – это относительно самостоятельная деятельность детей, в которой ярко выражена роль движений. Игры - естественный источник радостных эмоций, самовыражения. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики и воспитания. Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1-4 классов относится к двигательной активности при реализации внеурочной деятельности.

Актуальность программы: содержание курса отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

- программа разработана непосредственно для учащихся 1-4 классов;
- основу программы составляют ритмические упражнения и подвижные игры, представленные согласно их классификации;
- реализация программы способствует созданию зоны комфорта и повышению эмоционального фона;
- программа дает возможность работы с учащимися, имеющими разный уровень физической подготовленности;
- проведение занятий по данной программе позволяет подбирать нагрузку и чередовать ее в оздоровительных целях;
- содержит блок теоретических знаний;
- программа предполагает приобретение учащимися опыта индивидуальной и коллективной работы;
- занятия проводятся под музыку, которая используется как фон для снятия монотонности; как лидер, задающий ритм и темп выполняемых движений; как фактор обучения, так как движения легче запоминаются

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся.

Задачи программы направлены на:

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

Планируемые результаты освоения учащимися программы внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры с младшими школьниками» 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;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

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

- **Регулятивные УУД:**
- планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планировать общую цель и пути её достижения;
- распределять функции и роли в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра, 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.
- **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:

- 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;
- 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 с младшими школьниками» обучающиеся должны **знать**:

- 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; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- правила подвижных игр.

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;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ п\п	Темы разделов, уроков	Количество часов	Формы проведения занятий		
1	Какие бывают игры. Правила игры.	1			
2	Русская народная игра «У медведя во бору».	1			
3	Русская народная игра «Кот и мышь».	1			
4	Русская народная игра «Горелки».	1			
5	Весёлые эстафеты.	1			
6	Подвижная игра «Мяч по кругу».	1			
7	Подвижная игра «Поймай рыбку».	1			
8	Подвижная игра «Цепи кованные».	1			
9	Подвижная игра «Запомни движение».	1			
10	Подвижная игра «Белые медведи».	1			
11	Подвижная игра «Пустое место».	1			
12	Подвижная игра «Нас не слышно и не видно».	1			
13	Подвижная игра «Третий лишний».	1			
14	Подвижная игра «Колдунчики».	1			
15	Эстафета «Олимпийские игры».	1			
16	Подвижная игра «Ловишка».	1			
17	Подвижная игра «Салки на одной ноге».	1			
18	Подвижная игра «Метки и ловкие».	1			

19	Подвижная игра «Море волнуется».	1			
20	Подвижная игра «Охотники и утки».	1			
21	Подвижная игра «Перебегая, захвати игрушку».	1			
22	Подвижная игра «С кочки на кочку».	1			
23	Подвижная игра «Без пары».	1			
24	Подвижная игра «Передал – садись».	1			
25	Эстафеты с баскетбольным мячом.	1			
26	Подвижная игра «Удочка».	1			
27	Подвижная игра «Земля, вода, воздух».	1			
28	Подвижная игра «Успевай, не зевай».	1			
29	Подвижная игра «День и ночь».	1			
30	Подвижная игра «Наперегонки парами».	1			
31	Подвижная игра «Хвосты».	1			
32	Подвижная игра «Хитрая лиса».	1			
33	Весёлые эстафеты.	1			
		33			

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ п\п	Темы разделов, уроков	Количество часов	Формы проведения занятий		
1	Русская народная игра «Жмурки»	1			
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1			
3	Русская народная игра «Горелки»	1			
4	Русская народная игра «Салки»	1			
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1			
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1			
7	Русская народная игра «Фанты»	1			
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1			
9	Русская народная игра «Волк»	1			
10	Русская народная игра «Птицелов»	1			
11	Подвижная игра «Совушка»	1			

12	Подвижная игра «Мышеловка»	1			
13	Подвижная игра «Пустое место»	1			
14	Подвижная игра «Карусель»	1			
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1			
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1			
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1			
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1			
19	Эстафета «Передача мяча»	1			
20	Эстафета «С мячом»	1			
21	Эстафета зверей	1			
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1			
23	Эстафета «Вызов номеров»	1			
24	Эстафета по кругу	1			
25	Эстафета с обручем	1			
26	Эстафета со скакалкой	1			
27.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1			
28	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1			
29	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1			
30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1			
31	Марийская народная игра «Катание мяча»	1			
32	Татарская народная игра «Серый волк»	1			
33	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1			
34	Чувашская игра «Рыбки»	1			

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№	Наименование разделов и тем	Количество часов	Формы проведения занятий		
1	Инструктаж по технике безопасности. Игры «Филин и пташки», «Круговые пятнашки».	1			
2	Игра «Палочки – вырочалочки».	1			
3	Игра «Много троих, хватит двоих».	1			
4	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1			
5	Игры «Дай руку», «Перебежки в парах».	1			

6	Игра «Летучий мяч».	1			
7	Игра «Гонка мячей».	1			
8	Игра «Попади в цель».	1			
9	Игры «Стой!», «Пушбол».	1			
10	Игры «Мяч – соседу», «С двумя мячами навстречу».	1			
11	Игра «Кружилиха».	1			
12	Игра «Скакалка-подсекалка».	1			
13	Игра «Придумай и покажи».	1			
14	Игра «Успей пробежать!»	1			
15	Игра «Под скакалкой на месте».	1			
16	Игра «Снежный тир».	1			
17	Игра «На санках с пересадкой».	1			
18	Игра «Строим крепость».	1			
19	Игра «Осада снежной крепости».	1			
20	Игра «Лепим снеговика».	1			
21	Игры «Бой петухов», «Третий лишний с сопротивлением».	1			
22	Игра «Сильная хватка».	1			
23	Игра «Борьба за палку», «Скачки»	1			
24	Игра «Выталкивание в приседе».	1			
25	Игры «Тяни в круг», «Слон».	1			
26	Игра «Неуловимый шнур».	1			
27	Игра «Вокруг стульев».	1			
28	Игра «Вернись в круг».	1			
29	Игра «Проворные мотальщики».	1			
30	Игра «Быстрые пальцы».	1			
31	Эстафета с передачей мяча.	1			
32	Весёлая эстафета с воздушными шарами.	1			
33	Встречная эстафета.	1			
34	Эстафета по кругу.	1			

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Темы разделов, уроков	Количество часов	Формы проведения занятий		
1	Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми. «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «У медведя во бору», «Космонавты»	1			
2	«Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты», «Космонавты»	1			
3	«Волк во рву», «Два мороза», «Море волнуется», «Воробушки и кот», «У медведя во бору»	1			
4	«Волк во рву», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Коршун и наседка», «Кошки-мышки»	1			
5	«Хвостики», «Воробьи и вороны», «Колдунчики», «Медведь и пчелы», «Кошки-мышки»	1			
6	«Ловишки-перебежки», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Воробьи и вороны», «Колдунчики»	1			
7	«Ловишки-перебежки», «Не ошибись», «Кошки-мышки», «Воробьи и вороны», «Колдунчики»	1			
8	«Хвостики», «Колдунчики», «Медведь и пчелы»	1			
9	Динамическая игра «Зачем детям нужны игры?»	1			
10	Игры по выбору детей	1			
11	«Класс смирно!», «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны», «Землемеры», «Невод»,	1			
12	«Класс смирно!», «К своим флажкам», «Салки», «Чья команда быстрее построится», «Нади себе пару»	1			
13	«Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Невод», «Пустое место»	1			
14	«Класс смирно!», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от	1			

15	мяча» «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Удочка», «Невод», «Пустое место»	1			
16	«Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Удочка», «У ребят порядок строгий»	1			
17	«Придумай фигуру», «На одной ноге», «Запрещенное движение», «Увернись от мяча»,	1			
18	«На одной ноге», «Пустое место», «Салки»	1			
19	Игры по выбору детей	1			
20	Игры по выбору детей	1			
21	Игры с бегом: «Быстро возьми-быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишки», «Хитрая лиса», «Третий лишний»,	1			
22	Игры с прыжками: «Не намочи ноги», «Удочка», «Волк во рву»,	1			
23	Игры с метанием: «Мяч через веревку», «Кто самый меткий?», «Охотники и зайцы», «Штандер», «Вышибалы», «Выбей мяч»	1			
24	Игра «Городки»	1			
25	Веселые старты с элементами бега, прыжков, метания	1			
26	Игры по выбору детей (из ранее изученных)	1			
27	С элементами гимнастики: «Построй круг», «Море волнуется», «Донеси мешочек», «Раки»	1			
28	С элементами гимнастики: «Канатоходец», «Разойдись не упади», «Шагай через кочки», «Донеси мешочек»	1			
29	С элементами гимнастики: «Попластунски», «Через стопку матов», «Тоннель», «Класс, смирно!»	1			
30	С элементами гимнастики: эстафеты и полоса препятствий	1			
21	Игры по выбору детей (из ранее изученных)	1			
32	Спортивные игры: лапта	1			
33	Игры по выбору детей	1			
34	Игры по выбору детей	1			

