


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Кормежка имени Ф.П. Польшина»
Балаковского района Саратовской области

<p>«Согласовано» Руководитель ШМО <i>[подпись]</i> /Воронова Н.Г./ Протокол № <u>1</u> от « <u>30</u> » <u>08</u> 2024г.</p>	<p>«Согласовано» Зам. директора по ВР <i>[подпись]</i> /Исаева Л.В./ « <u>29</u> » <u>08</u> 2024г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МАОУ СОШ с.Кормежка им. Ф.П. Польшина <i>[подпись]</i> /Овсянникова Т.А./ Приказ № _____ от _____ 2024г.</p> 
--	---	--

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности

кружок

«Подвижные игры»

Для обучающихся – 1-4 классов
Срок реализации – 1 год
Режим работы: - 1 час в неделю.
Программа разработана: учителем
Белов Р.С.

2. Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования по физической культуре 1-4 классы Лях В.И. Просвещение. 2022 г

Игра для ребенка — важный момент его развития. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире свою роль в семье, в коллективе. Игры вносят в душу ребенка веселье и радость и одновременно содействуют укреплению его организма. В отличие от гимнастики, в активных играх в полной мере проявляются инициатива ребенка, его творческие способности. За игрой ребенок приобретает множество неопределимых качеств: ловкость, наблюдательность, фантазию, память. Игра стимулирует и самые разные способности: умение сравнивать, комбинировать, размышлять, анализировать.

В детской игре воображение не только ярко проявляется, но и развивается более эффективно, чем в других видах деятельности. Играя, ребенок создает новые образы, а самое главное, — причудливо комбинирует старые. Чтобы понять внутренний мир ребенка, нужно изучить язык игры. В игре дети «говорят» с помощью игрушек, игровых действий, сюжета, ролей. По мнению некоторых ученых, у игры есть особый символический язык, который нуждается в специальном толковании. Играя, ребенок легче устанавливает связь с миром взрослых и с миром вообще, у него появляются навыки внутреннего диалога, необходимого для продуктивного мышления. В игре развивается самосознание детей — то, как он относится к самому себе, кем он себя считает, как себя называет.

В школе и дома, выполняя учебные задания, современные дети большей частью сидят, и это сидение есть не что иное, как некая своеобразная форма комфорта, который вступает в конфликт с естественным инстинктом игрового движения.

Для обозначения большой группы игр, ведущая цель которых — физическое развитие и оздоровление детей, используется преимущественно термин «подвижные игры». Я.А. Коменский в письме Городской управе Амстердама (1657 г.) называет семь основных условий подвижной игры:

- движение,
- физическая раскованность и свобода,
- общественный характер, «ибо забава исходит из общества, к которому стремится человек»,
- состязательность, которая приводит к «колебанию духа между надеждой и страхом»,
- наличие правил, так как без них «игроки разбегаются или пускаются в ссоры и драки, так, что нарушением правил игра противоречит сама себе»,
- легкость, которую приобретает каждый ее участник,
- ограниченность во времени — «у каждой игры должен быть свой конец, так как чрезмерно затянувшаяся игра надоедает»

«Для успехов обучения необходимо, чтобы и ученик и учитель одинаково были бодр», — убеждал учителей И.А. Сикорский. К числу внешних условий, обеспечивающих эту бодрость и «возвышающих» умственную работоспособность он относил:

- 1) «свободные движения в форме игр (мышечная работа);
- 2) возбуждение сердца и дыхания (удовольствием, движением);
- 3) влияние холода на кожу (игры и прогулки на открытом воздухе);
- 4) чистый воздух для удаления из организма работных ядов (игры на воздухе).

Программа рассчитана на 1 год, 34 часов, 1 час в неделю.

Форма контроля: соревнование, тестирование, выполнение нормативов.

Цели и задачи кружка:

- оптимизировать двигательную активность младших школьников на переменах и во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты:

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

3. Учебно- тематический план

№	Тема	Количество часов
1	Игры наших бабушек	4
2	Игры народов Дальнего Востока	4
3	Игры в зимнее время	11
4	Конкурсы и эстафеты	10
5	Летние игры	5
	<i>Итого</i>	<i>34</i>

4. Содержание тем учебного курса

№ п/п	Содержание	Дата	Корректировка
1.	«12 палочек» ТБ	06.09.2024	
2.	«Заря» ТБ	13.09.2024	
3.	«Горелочки» ТБ	20.09.2024	
4.	«Звери» ТБ	27.09.2024	
5.	«Ручейки, озёра» ТБ	04.10.2024	
6.	«Оленьи упряжки» ТБ	11.10.2024	
7.	«Каюр и собаки» ТБ	18.10.2024	
8.	«Нарты-сани» ТБ	25.10.2024	
9.	«Два Мороза» ТБ	08.11.2024	
10.	«Льдинка» ТБ	15.11.2024	
11.	«Тяни- толкай» ТБ	22.11.2024	
12.	«Бег в оленьей упряжке» ТБ	29.11.2024	
13.	«Пчёлы и медвежата» ТБ	06.12.2024	
14.	«Космонавты» ТБ	13.12.2024	
15.	«Лиса и квочка» ТБ	20.12.2024	
16.	«Молотилка» ТБ	27.12.2024	
17.	«Буйволы в загоне» ТБ	10.01.2025	
18.	«Быстрый лыжник» ТБ	17.01.2025	
19.	«Охотники и олени» ТБ	24.01.2025	
20.	«Бег по кочкам» ТБ	31.01.2025	
21.	«Выгоны» ТБ	07.02.2025	
22.	«Бег в линию» ТБ	14.02.2025	
23.	«Последний выбывает» ТБ	21.02.2025	
24.	«Баба- Яга» ТБ	28.02.2025	
25.	«Переправа» ТБ	07.03.2025	
26.	«Кажется дождь начинается!» ТБ	14.03.2025	
27.	«На буксире» ТБ	21.03.2025	
28.	«Встречная эстафета» ТБ	04.04.2025	
29.	«Попади в ворота» ТБ	11.04.2025	
30.	«Круговые пятнашки» ТБ	18.04.2025	
31.	«Общипанная курочка» ТБ	25.04.2025	
32.	«Домики и гномики» ТБ	02.05.2025	
33.	«Летучая мышь и мотыльки» ТБ	16.05.2025	
34.	«Аисты» ТБ	23.05.2025	

5. Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе

Требования к знаниям	Требования к умениям	Требования к компетенциям
<p>Знать и иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> • об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр; • о способах и особенностях движений и передвижений человека, • об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении; • о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм; • о физических качествах • об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаляющих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида; • о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения. 	<ul style="list-style-type: none"> • Составлять, правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки; • вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений; • организовывать и проводить самостоятельные занятия; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой. 	<ul style="list-style-type: none"> • компетентности здоровьесбережения: знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни; • компетентности интеграции: структурирование знаний, ситуативно-адекватной актуализации знания, расширения приращения накопленных знаний; • компетентности познавательной деятельности: постановка и решение познавательных задач; нестандартные решения, проблемные ситуации их создание и разрешение; продуктивное и репродуктивное познание, исследование, интеллектуальная деятельность

6. Перечень учебно-методического обеспечения

1. Журнал «Начальная школа плюс» № 3 2009

2. Программа «Физическая культура 1-4 классы» Лях В.И. Просвещение. 2022 г
3. Федеральный государственный образовательный стандарт

Оборудование:

1. Мячи
2. Кегли
3. Обручи
4. Скакалки
5. Санки
6. Гимнастические маты
7. Гимнастические скамейки
8. Свисток
9. Секундомер

7. Список литературы

1. «Детские подвижные игры народов СССР» - составитель А.В.Кенеман; под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989
2. «Игра и оздоровительная работа в школе» - О.А Степанова, серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера», 2006
3. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» - Е.А.Ковалёва, серия «Азбука развития», Москва, 2007

Информационные ресурсы

- «Игры народов Дальнего Востока» – Диск 1
«Индивидуальная и парная игровая практика» – Диск 2