

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Администрация Абанского района

МКОУ Хандальская СОШ

РАССМОТРЕНО

Методический совет

Протокол №1 от «30»

08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор Машукова И.Б.

Приказ №58 от «30» 08.2024г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности «Подвижные игры»
для обучающихся 1-4 классов

с.Хандальск - 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Подвижные игры» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, закона об образовании в РФ № 273 – ФЗ, письма Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»; письма Департамента государственной политики в сфере общего образования от 28.10.15 № 08 – 1786; Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности от 18.08.2017г. № 09-1672; основной образовательной программы НОО МБОУ СОШ №7 и положения о рабочей программе. Программа кружка «Подвижные игры» тесно связана с учебным курсом «Физическая культура» В.И. Ляха, имеющего спортивно – оздоровительную направленность.

Общая характеристика программы по внеурочной деятельности «Подвижные игры».

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Цель изучения программы:

сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи изучения программы:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству других народностей
- Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана на 1 год. Курс включает 34 занятий: 1 час в неделю, 34 занятий за учебный год с первого по четвертый класс.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса по внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Личностные результаты:

- 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;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты:

- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Предметные результаты:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- 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 и оказания доврачебной помощи;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

Данный курс реализуется через проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года, викторины; конкурсы; ролевые игры; выполнение заданий соревновательного характера; оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ). Вид деятельности: игровая.

Содержание курса внеурочной деятельности

4 год обучения

- 1)Здоровый образ жизни.
- 2)Здоровье в порядке – спасибо зарядке
- 3)Личная гигиена
- 4)Профилактика травматизма.
- 5)Нарушение осанки.
- 6)Современные подвижные игры.
- 7)«Мяч по кругу»
- 8) «Поймай рыбку».
- 9) «Цепи кованы»
- 10)«Змейка на асфальте».
- 11)«Бег с шариком»
- 12) «Нас не слышно и не видно»
- 13)«Третий лишний».
- 14)«Ворота»
- 15)«Чужая палочка»
- 16) «Белки, шишки и орехи»
- 17) «След в след»
- 18) Эстафета « Мишень»
- 19) «С кочки на кочку».
- 20)«Без пары»
- 21) «Веревочка»
- 22)«Плетень»
- 23)«Кто больше»
- 24) «Успевай, не зевай».
- 25)«День и ночь»
- 26) «Наперегонки парами»
- 27)«Ловушки-перебежки»
- 28)«Вызов номеров»
- 29) «Камнепад»
- 30) «Чижик»
- 31) «Пустое место»
- 32) «Кто боится колдуна?»
- 33) «Горелки»
- 34) «Штандер».

№ занятия	Тема занятия	Дата	
		план	факт
Здоровый образ жизни(1ч)			
1	Значение подвижных игр для здорового образа жизни.		
Русские народные игры и забавы(18ч)			
2	Игра «Фигуры».		
3	Игра «Медведи и пчёлы».		
4	Игра «Второй лишний».		
5	Игра «Волки, зайцы, лисы».		
6	Игра» «Третий лишний».		
7	История возникновения игр с мячом.		
8	Игра «Мяч по полу».		
9	Игра «Метко в цель».		
10	Игра «Гонка мячей».		
11	Игра «Подвижная цель».		
12	Последовательность обучения прыжкам.		
13	Игра «Прыгающие воробышки».		
14	Игра «Лягушата и цапля».		
15	Игра «Зеркало».		
16	Игра «Выше ножки от земли».		
17	Игра «Летает – не летает».		
18	Игра «Альпинисты».		
19	Игра «Разведчики».		
Профилактика травматизма(4ч)			
20	Упражнения для формирования осанки.		
21	Гимнастические построения, размыкания		
22	Закаливание и его влияние на организм.		
23	Первая помощь при обморожении.		
Личная гигиена(11ч)			
24	Игра «Мяч из круга».		

25	Игра «Черпахи».		
26	Беговые эстафеты.		
27	Эстафета с предметами		
28	Эстафеты на равновесие		
29	Народные игры		
30	Игра «Калин – бан -ба»		
31	Игра «Чижик»		
32	Игра «Золотые ворота»		
33	Игра "Чехарда".		
34	Итоговое занятие		

Материально-техническое обеспечение

Материально – техническое обеспечение программы:

- 1)мячи
- 2) скакалки
- 3) обручи
- 4) гимнастические палки
- 5)кегли
- 6) ракетки
- 7)канат
- 8)гимнастические скамейки
- 9) стенки
- 10маты
- 11)набивные мячи

Методическое обеспечение программы: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.