

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пахаревская школа-детский сад»
Джанкойского района Республики Крым

Приложение № 1
к ООП НОО,
утвержденной приказом по школе
от 31.08.2023 г. № 175

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
учителей начальных классов
Руководитель ШМО
 Волощенко Н.К.
Протокол № 4
от 28.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по
УВР
 Якушев В.П.
29.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
«Пахаревская школа-
детский сад»
 Тарасенко Т.И.
Приказ № 190
от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 1 – 4 классов

Срок реализации: с 2023-2024 учебного года до принятия новой

с. Пахаревка, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности для 1 - 4 классов «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требования к основной образовательной программе начального общего образования.

Рабочая программа «Подвижные игры» составлена на основе комплексной программы физического воспитания (авторы В.И. Лях, А.А. Здаевич) .

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности учащихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Общая характеристика курса

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт

детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учащихся, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего учащегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего потенциала.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

На изучение курса «Подвижные игры» в 1-4 классах отводится 1 час в неделю в течении каждого года обучения: 1 класс – 33 часа в год, 2 – 4 классы по 34 часа в год, всего за уровень обучения 135 часов.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

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:

Регулятивные УУД:

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

Коммуникативные УУД:

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта

Познавательные УУД:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

Предметные результаты

- умение организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- способность обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- стимулировать оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- умение организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- осуществлять их объективное судейство;
- умение бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- умение взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- способность в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- способность выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными

способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

- Способность организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;

Основные требования к уровню подготовки обучающегося:

- у обучающегося начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщается и углубляется опыт знаний об истории, культуре народных игр;
- формируется умение работать в коллективе.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

1 КЛАСС

«Русские народные игры» (8ч)

Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Филин и пташки», «Палочка-выручалочка», «Блуждающий мяч», «Классики», «Ловушка в кругу», «Пчелки и ласточки».

«Подвижные игры» (17ч)

Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«К своим флажкам», «Кот идет», «Северный и южный ветер», «Соревнования скороходов», «Колдунчики», «Аисты», «Пчелы и медведи», «Хитрая лиса», «Ловишки с приседаниями», «Переправа с досками», «Туннель», «Собери урожай», «На погрузке арбузов», «Принеси мяч», «Успей перебежать», «С мячом», «Весёлые старты», «Совушка», «Мышеловка», «Пустое место», «Карусель», «Кто быстрее?», «Конники-спортсмены», «Лягушата и цапля», «Карлики и великаны».

«Эстафеты» (8ч)

Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

Эстафета «Переправа с досками», «Туннель», «Собери урожай», «На погрузке арбузов», «Принеси мяч», «Успей перебежать», «С мячом», «Весёлые старты».

2 КЛАСС

«Русские народные игры» (11ч).

Включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Жмурки», «Кот и мышь», «Горелки», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Совушка».

«Игры различных народов России» (7ч).

Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», чувашская игра «Рыбки».

«Подвижные игры» (8ч).

Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Совушка», «Мышеловка», «Пустое место», «Карусель», «Кто быстрее?», «Конники-спортсмены», «Лягушата и цыплята», «Карлики и великаны».

«Эстафеты» (8ч).

Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Такое

распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. «Передача мяча», «С мячом», эстафета зверей, «Быстрые и ловкие», «Вызов номеров», эстафета по кругу, эстафета с обручем, эстафета со скакалкой.

3 КЛАСС

«Русские народные игры» (11ч)

Включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Краски», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Горелки», «Гори, гори ясно», «Ляпка».

«Игры различных народов России» (17ч).

Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», кабардино-балкарская народная игра «Под буркой», калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!», карельские народные игры «Мяч», «Я есть!», игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка», чечено-ингушская игра «Чиж», тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба», мордовские народные игры «Котел», «Круговой», северо-осетинская игра «Борьба за флажки», чувашская игра «Рыбки», игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз».

«Эстафеты» (6ч)

Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

«Вызов номеров», эстафета по кругу, эстафета с обручем, эстафета с мячом, «Быстрые и ловкие», «Встречная».

4 КЛАСС

«Русские народные игры» (19ч)

Включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Жмурки», «Кот и мышь», «Горелки», «Салки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Гори, гори ясно», «Пятнашки», «Краски», «Третий лишний».

«Игры различных народов России» (7ч)

Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», чувашская игра «Рыбки».

«Эстафеты» (8ч)

Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

«Передача мяча», эстафета со скакалкой, «С мячом», эстафета зверей, «Быстрые и ловкие», «Вызов номеров», эстафета по кругу, эстафета с обручем.

Программа «Подвижные игры» реализуется в следующих формах:

- народные игры
- подвижные игры
- спортивные игры
- эстафеты
- соревнования между командами
- игры на внимание.

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов/тем	Количество часов
1	«Русские народные игры»	8
2	«Подвижные игры»	17
3	«Эстафеты»	8
	Итого	33

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов/тем	Количество часов
1	«Русские народные игры»	11
2	«Игры различных народов России»	7
3	«Подвижные игры»	8
4	«Эстафеты»	8
	Итого	34

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов/тем	Количество часов
1	«Русские народные игры»	11
2	«Игры различных народов России»	17
3	«Подвижные игры»	6
	Итого	34

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов/тем	Количество часов
1	«Русские народные игры»	19
2	«Игры различных народов России»	7
3	«Эстафеты»	8
	Итого	34

