государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Хилково муниципального района Красноярский Самарской области

«Рассмотрено»	«Проверено»	«Утверждено»
Руководителем МО	И.о. заместителя	Директор ГБОУ
С.А. Просвирова	директора по УВР	СОШ с. Хилково
Протокол №___	А.А. Головкина	А.М. Семин
от «24» июня 2022г.	от «24» июня 2022 г.	Приказ №70-од
		от «24» июня 2022 г.

C=RU, O=ГБОУ СОШ с.Хилково, CN=Семин Александр Михайлович, E=hilk_sch@samara.edu.ru
00ce2f9f82570e2ae4
2022-08-31 08:33:20

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

1-4 класс

Составители:

Просвирова С.А., учитель начальных классов

Хилково, 2022

Рабочая программа внеурочной деятельности кружка: «Подвижные игры » для учащихся 1-4 х классов составлена в соответствии с ФГОС второго поколения, комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2021г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

Актуальность программы:

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

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков 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.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития.

Практическая значимость программы:

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Тип программы внеурочной деятельности: комплексная тематическая, предполагающая переход от воспитательных результатов первого уровня к результатам третьего уровня в различных видах внеурочной деятельности.

Связь с уже существующими программами:

В содержательном плане программа предполагает реальные взаимосвязи с другими предметами:

Математика – математические эстафеты, в ходе которых учащиеся должны уметь быстро ориентироваться в числах.

Чтение – сюжетно-ролевые игры, учащиеся учат стихотворные элементы игр «Мы веселые ребята, любим бегать и играть, но попробуй нас догнать!», «Мы два брата молодые, два Мороза удалые….!», «Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам, на какую захотим, на такую полетим, но в игре один секрет, опоздавшим места нет» и др.

Новизна программы заключается в том, что она направлена на решение не одной задачи обучения, а комплексного подхода обучения и оздоровления учащихся школы и предназначена для занимающихся с разноуровневой физической подготовленностью.

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

Задачи:

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;

- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;

- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

-развивать умения ориентироваться в пространстве;

- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;

-создавать условия для проявления чувства коллективизма;

- развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

Отличительные особенности программы:

Программа кружка: «Подвижные игры» включает в себя различные подвижные игры. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Базовые теоретические идеи:

1. Идея компетентностного подхода в обучении – обучение приобретает деятельностный характер.
2. Идея самоопределения- учащийся как субъект деятельности развивается в различных видах образовательной деятельности на основе свободного выбора.
3. Идея личностно-ориентированного образования – личность учащегося, его неповторимая индивидуальность составляет главную и приоритетную ценность, от которой проектируются все остальные звенья образовательного процесса.
4. Идея вариативного образования – вариативность и многофакторность обучения позволяют гибко учитывать интересы и познавательные возможности обучающегося и реализовывать принципы индивидуализации и дифференциации.
5. Идеи открытого образования (сотворчество и кооперация) – выстраивание системы взаимодействия и взаимообмена с большой социальной средой с целью обеспечения многообразия и альтернативных путей становления личности младшего школьника.

6. Ключевые понятия: личность обучающегося, индивидуальность, деятельностный характер обучения, продуктивная деятельность, вариативность, сотрудничество.

Особенности возрастной группы детей

Для детей младшего школьного возраста естественной является потребность в высокой двигательной активности. При этом физическое развитие младших школьников резко отличается от развития детей среднего и особенного старшего школьного возраста. Занятия физическими упражнениями и участие в спортивных соревнованиях требуют от младших ребят значительно больше энергетических затрат по сравнению со старшими школьниками и взрослыми. Поэтому, большие затраты на работу, относительно высокий уровень основного обмена, связанный с ростом организма, необходимо учитывать при организации занятий с младшими школьниками,

Способность восприятия и наблюдения внешней действительности у детей младшего школьного возраста еще несовершенна: дети воспринимают внешние предметы и явления неточно, выделяя в них случайные признаки и особенности, почему-то привлекшие их внимание.

Особенностью внимания младших школьников является его непроизвольный характер: оно легко и быстро отвлекается на любой внешний раздражитель, мешающий процессу обучения. Недостаточно развита и способность концентрации внимания на изучаемом явлении. Долго удерживать внимание на одном и том же объекте они еще не могут. Напряженное и сосредоточенное внимание быстро приводит к утомлению.

Мышление у детей в этом возрасте также отличается наглядно-образным характером, неотделимо от восприятия конкретных особенностей изучаемых явлений, тесно связано с деятельностью воображения. Дети пока с трудом усваивают понятия, отличающиеся большой абстрактностью, так как кроме словесного выражения они не связаны с конкретной действительностью. И причина этого, главным образом, в недостаточности знаний об общих закономерностях природы и общества.

Большое значение для развития функции мышления имеют игры, требующие проявления силы, ловкости, быстроты, как самих движений, так и реагирования на различные обстоятельства и ситуации игры. Воспитательное значение подвижных игр велико: в процессе игровой деятельности развиваются буквально все психические функции и качества ребенка: острота ощущений и восприятия, внимание, оперативная память, воображение, мышление, социальные чувства, волевые качества.

Программа состоит из 7 разделов:

1.*Основы знаний.*

Для чего человеку игры? История возникновения игр. Правила поведения при проведении игры. Разучивание считалок для выбора ведущего.

2.*Подвижные игры с элементами легкой атлетики.*

Игровые задания для закрепления навыков организованно и быстро совершать перебежки группами. Игры: «Лес, озеро, болото», «Перемена мест», «Не оступись»

3*.Подвижные игры с основами акробатики.*

Совершенствование умений: а) ритмично ходить; б) быстро бегать; в) делать перебежки с уворачиванием для развития координационных способностей.

Разучивание игр: «Соревнование скороходов», «Совушка», «Быстрые и ловкие», «Пятнашки с приседанием», «День и ночь», «Паук и мухи», «Мы физкультурники», «Фигуры», «Стоп!»

4*. Подвижные игры с основами лыжной подготовки.*

Обучение переступанию на лыжах. Игровые задания для освоения элементарной ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

5. *Игры, сопровождающиеся текстом.*

Подвижные игры сопровождаются словами - стихами, песнями, речитативом, которые раскрывают содержание игры и ее правила; объясняют, какое движение и как надо выполнить; служат сигналами для начала и окончания, подсказывают ритм и темп. Окончание текста служит сигналом к прекращению действия или к началу новых движений. Вместе с тем произнесение слов - это отдых после интенсивных движений. «По ровненькой дорожке», «Лошадки», «Мы - веселые ребята», «Дожди».

6*.Игры - забавы.*

Использовать игры - забавы «Кошки и мышки», «Пятнашки», «Пятнашки с мячом», «Звери», «Лошадки» можно для выполнения каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

7.*Игры - перебежки.*

Игра "перебежки" хорошо развивает выносливость детей. Так как игра построена на беге, то также: укрепляется сердце. "Волк во рву", "К своим флажкам", "Пустое место".

Режим занятий:

Срок реализации – 1 год

Количество часов в неделю – 1 час

Количество часов в год – 34 часа

Прогнозируемые результаты и способы их проверки:

«Личностные универсальные учебные действия»

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

«Регулятивные универсальные учебные действия»

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять

взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

«Коммуникативные универсальные учебные действия»

- 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;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- контролировать действия партнёра;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Предметными результатами изучения программы является формирование следующих умений.

Знания о физической культуре

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Физкультурно - оздоровительная деятельность

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Физическое совершенствование

- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Система отслеживания предусматривает следующие формы оценки планируемых результатов обучения детей:

- Опрос
- Наблюдение
- Участие в соревнованиях «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Дни здоровья» и др.

Формы и особенности организации внеурочной деятельности учащихся

Индивидуальная деятельность учащихся: составление режима дня, комплекс утренней гимнастики, домашние задания, изучение истории развития физкультурного движения, занятия спортом в семье, измерение физического развития.

Групповые: подвижные игры и соревнования, организация игр по интересам: с мячом, со скакалкой, на гимнастической скамейке и др.

Фронтальные: «Весёлые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Дни здоровья», соревнования между классами, беседы о пользе закаливания, двигательной активности.

Уровень результатов работы по программе:

понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр;

уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх.

Тематическое планирование
(34 часа)

№	Тема	Количество часов	
		Всего	Практика
1	Игры, в которые мы играем.	1	1
2	Считалки, которые мы используем для игр.	1	1
3	Разучивание считалок. Игра «Паук и мухи»	1	1
4	Игра «Лес, озеро, болото»	1	1
5	Игра «Соревнование скороходов»	1	1
6	Игра «Быстрые и ловкие»	1	1
7	Ира «Пятнашки с приседанием»	1	1
8	Игра «День и ночь»	1	1
9	Правила поведения при проведении игр. Игра «Разные фигуры»	1	1
10	Игра «Спортивные эстафеты»	1	1
11	Игра «Охотники и олени»	1	1
12	Игры: «Лес, озеро, болото», «День и ночь»	1	1
13	Игра «Попади в ворота»	1	1
14	Игра «По ровненькой дорожке»	1	1
15	Эстафеты «Мы - веселые ребята»	1	1
16	Игры: «Кошки и мышки», «Путаница»	1	1
17	Игра «По ровненькой дорожке»	1	1
18	Разновидности игр «Пятнашки»	1	1
19	Игра «Пятнашки с мячом»	1	1
20	Комплекс утренней гимнастики.	1	1
21	Игра «Попади в цель»	1	1
22	Игра "Волк во рву"	1	1
23	Спортивные эстафеты.	1	1
24	Игра «К своим флажкам"	1	1
25	Игры: «Не оступись», «Перемена мест»	1	1
26	Правила поведения при проведении игр. Игра «Второй лишний»	1	1
27	Игра «Попади в цель»	1	1
28	Игра «Сильный бросок»	1	1
29	Игра «Пролезь сквозь мешок»	1	1
30	Игра «Стадо»	1	1
31	Спортивные эстафеты. Игра «Мельница»	1	1
32	Иры с мячом. «У вернись от мяча»	1	1
33	Игра «Волк и ягнята»	1	1
34	Игры: «Космонавты», «Достань шапку»	1	1
	Итого	**34**	**34**