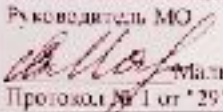
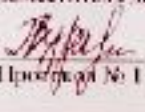



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Комитет по образованию и культуре администрации Вологодского муниципального района

МБОУ ВМР "Спасская средняя школа"

РАССМОТРЕНО Методическое объединение Руководитель МО  Малыгина О.В. Протокол № 1 от 29 августа 2022 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР  Туранин Л.В. Протокол № 1 от 30 августа 2022 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор  Малыгина Д.А. Протокол № 24 от 01 сентября 2022 г.
--	---	--



**Рабочая программа внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

**1-4 класс**

Составитель: Малыгина Д.А

Непотягово 2022

# Программа внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности «Подвижные игры»

## Планируемый результат:

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

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества; 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 подвижными играми;
- 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.

При проведении занятий можно выделить два направления: оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности; повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

### **Содержание учебного курса**

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 дети 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.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10

лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

#### Цели изучения по каждому разделу

##### «Русские народные игры»

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны. На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

##### «Игры народов России»

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

##### «Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

##### «Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

**Личностными результатами** кружка «Подвижные игры» являются следующие умения:

-оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;

-оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

-выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами** кружка «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

#### Ø Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;

- учиться работать по определенному алгоритму

Ø Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя; Ø

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной  
деятельности обучающихся**

1.

**год обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Игры на взаимодействие между учащимися</b>		
1	Игра «Гном, как тебя зовут»	1
2	Игра «Водяной»	1
3	Игра «Мы веселые ребята»	1
4	Игра «Гуси- лебеди»	1
5	Соревнование скороходов	1
6	Игра «Волк во рву»	1
7	Игра «К своим флажкам»	1
8	Игры по выбору учащихся	1
9	Эстафета с мячами	1
10	Игра «Птицы и клетка»	1
11	Игра «Угадай, кто»	1
12	Игры по выбору учащихся	1
13	Эстафета зверей	1
14	Игры по выбору учащихся	1
15	Игра «Стой!»	1
16	Игра «Веселые музыканты»	1
17	Игра «Совушка»	1
18	Игры по выбору учащихся	1
19	Игры по выбору учащихся	1
20	Эстафета со скакалками	1
21	Игра «Паровозик»	1
22	Игры по выбору учащихся	1
23	Игра «Вышибалы»	1
24	Игра «Воробьи и вороны»	1

25	Игра «Салки»	1
26	Повторение изученных игр	1
27	Повторение изученных игр	1
28	Эстафета «Кенгуру»	1
29	Игра «Боян говорит»	1
30	Игра «мишки и шишки»»	1
31	Игра «Медведь»	1
32	Игры по выбору учащихся	1
33	Игры по выбору учащихся	1

Рабочая программа рассчитана на 33 учебных недель, 1 часа в неделю.

### **Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

**2.**

**год обучения**

№ п/п	тема	Кол-во часов
<b>Игры с элементами легкой атлетики</b>		
1	«Осенний марафон»	1
2	Игра «Чай-чай выручай»	1

3	Игра «День и ночь»	1
4	Игра «Вызовы»	1
5	Игра «Гонка мячей по кругу»	1
6	Прыжки в длину	1
7	Игра «Караси и щука»	1
8	Игра «Кто выше?»	1
9	Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»	1
10	Игра «К своим флажкам»	1

11	Игра «Пустое место»	1
12	Игра ««Веселые ладошки»»	1
13	Игра «Веселый зоопарк»	1
14	«Красивая спина»	1
15	Игра «Дружные ребята»	1
16	Игра «Веселый сапожок»	1
17	"Непоседы"	1
18	Игра «Веселый сапожок»	1
19	"Непоседы"	1
20	"Непоседы"	1
21	Игра «Ритмическая мозаика»	1
22	Игра «Зайцы в огороде»	1
23	Игры и эстафеты с мячами	1
24	Игра «Класс, смирно!»	1
25	Броски мяча в корзину	1
26	Игра «Боулинг»	1
27	Игра «Картошка»	1
28	Соревнование по прыжкам через скакалку	1
29	Игра «Веселые пингвинята»	1
30	Игра «Солнышко»	1
31	Игры по выбору учащихся	1
32	Игры по выбору учащихся	1
33	Игра «Защита укрепления»	1
34	Игра «Попади в цель»	1



**Тематическое планирование с определением основных видов учебной  
деятельности обучающихся**

3 год обучения

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Игры на взаимодействие между учащимися</b>		
1	Игра «Метатели»	1
2	Игра «Пустое место»	1
3	Игра «У ребят порядок строгий»	1
4	Игра «К своим флажкам»	1
5	«Прыгающие воробушки»	1
6	Игра «День и ночь»	1
7	Прыжки по полосам	1
8	Играй, играй, мяч не теряй	1
9	Прыжки в длину	1
10	Игры на развитие скорости «Верхом на клюшке»	1
11	Повторение изученных игр	1
12	Игра «Исправь осанку»	1
13	Эстафета зверей	1
14	Игра «Стой!»	1
15	Игра «Зайцы в огороде»	1
16	Игра «Веровочка под ногами»	1
17	Игра «Ритмическая мозаика»	1
18	Игра «Перевозка груза»	1
19	Игра «Защита укрепления»	1
20	Игра «Дружные ребята»	1
21	Игра «Непоседы»	1
22	Повторение изученных игр	1
23	Игры на внимание и быстроту Игра «поезд»	1

24	Игры с прыжками и бегом Игра «Прыгуны и пятнашки»	1
25	Веселые старты	1
26	Мини-футбол	1
27	Игра «Веселые пингвинята»	1
28	Игра «Картошка»	1
29	Соревнования по прыжкам через скакалку	1
30	Игра «Салки»	1
31	Игры по выбору учащихся	1
32	Веселые старты	1
33	Мини-футбол	1
34	Повторение изученных игр	1

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных недель, 1 часа в неделю.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

**4 год обучения**

№ п/п	тема	Кол-во часов
<b>Игры с элементами легкой атлетики</b>		
1	Встречная эстафета. «Кто раньше»	1
2	Встречная эстафета. «Волк и ягненок»	1
3	Эстафета со скакалкой.	1
4	Игра «Смена номеров».	1
5	Игровые упражнения с малыми мячами.	1
6	Игра «Рыбная ловля»	1
7	Игра «Перебежки»	1
8	Игра «Волк во рву»	1
9	Эстафета с мячами	1

10	Игра «К своим флажкам»	1
11	Повторение изученных игр	1
<b>Игры с элементами ритмической гимнастики</b>		
12	Игра «Воробьи и вороны»	1
13	Элементы основной гимнастики (общеразвивающие, строевые и прикладные упражнения)	1
14	Игра на развитие гибкости тела «Гимнасты»	1
15	Игра «Прыгающие воробушки»	1
16	Игра «Прыжки по полосам»	1
17	Соревнование «Лабиринт»	1
18	Игра «Два мороза»	1
19	Игры по выбору учащихся	1
20	Игра «Совушка»	1
21	Игра «Паровозик»	1
22	Повторение изученных игр	1
<b><u>Подвижные игры с элементами спортивных игр</u></b>		
23	Игра "Снайперы"	1
24	Ирга "Перетягивание через черту"	1
25	"Эстафета с лазаньем и перелезанием	1
26	«Мини-футбол»	1
27	Игра «Кто точнее?»	1
28	Игра «Картошка»	1
29	Игра «День» и «Ночь»	1
30	Эстафета с мячом Бег по линиям	1
31	Игры по выбору учащихся	1
32	«Пионербол»	1
33	«Мини-футбол»	1
34	Повторение изученных игр	1

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных недель, 1 часа в неделю.