

Отдел образования Кузнецкого района Пензенской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Алексея Ефимовича
Махалина с. Махалино

Рассмотрена на заседании МО
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.
Руководитель МО
_____ Кузнецова С. А..

Принято на педсовете
протокол № 1 от 30.08.2024 г.

Утверждаю
Приказ № 91 от 30.08.2024 г.
Директор МБОУ СОШ
с. Махалино
_____ Пушкарева А.Е.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
1-4 классы

Составитель:
Агишев Р. Х.

учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы:

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой общеобразовательной школе.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие задачи: становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся; формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей; укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Цель и задачи реализации основной образовательной программы учреждения не противоречат цели и задачам ВОП школы согласно программе развития образовательного учреждения.

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности

Нельзя не использовать межпредметные связи в программе внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», так как многие темы других предметов по своему содержанию достаточно тесно соприкасаются с темами данного курса.

Связь с математикой. С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три - (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д. **Связь с литературой.** В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством: закличками, считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

Связь с окружающим миром. Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Основные направления реализации программы:

организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
организация и проведение разнообразных мероприятий оздоровительного характера;
организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
организация и проведение подвижных игр, активное использование спортивных площадок населённого пункта (футбольная, хоккейная коробка);

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений: 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.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

планирование общей цели и пути её достижения;

распределение функций и ролей в совместной деятельности;

конструктивное разрешение конфликтов;

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;

учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

различать способ и результат действия;

вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;

перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

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;

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

формулировать собственное мнение и позицию;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

развитие физических способностей;

освоение правил здорового и безопасного образа жизни;

развитие психических и нравственных качеств;

повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны знать:

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;

Должны уметь:

адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

отвечать за свои поступки;

отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;

управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

викторины;

конкурсы;

ролевые игры;

выполнение заданий соревновательного характера;

оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);

результативность участия в конкурсных программах и др.

**Развёрнутое тематическое планирование
Подвижных игр для 4 класса
(первое полугодие)**

№ занятия	Задачи тренировки	Часы	Элементы содержания	Требования подготовки к воспитанникам	Вид контроля	Д/з	Дата проведения	
							По плану	Фактически
1	2	3	4	5	6	7	8	9
сентябрь								
1	Бег 2– 3 мин ОРУ Подвижные игры	40	Бег 2 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Игры на свежем воздухе Игра на внимание «Класс – смирно»	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Запоминать правила игры.	Текущий учет	Задание занятия	3.09.24	
2	-//-	40	Бег 2 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Игры на свежем воздухе Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	10.09	
3	-//-	40	Бег 3 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Игры на свежем воздухе Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	17.09	
4	-//-	40	Бег 3 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Игры на свежем воздухе Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	24.09	
Октябрь								
5	Бег 3– 4 мин ОРУ Подвижные игры, Азы	40	Бег 3 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с	Текущий учет	Задание занятия	1.10	

	баскетбола		Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «Класс – смирно»	дыханием. Запоминать правила игры.				
6	-//-	40	Бег 3 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	8.10	
7	-//-	40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	15.10	
8	-//-	40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «Класс –	-//-	-//-	-//-	22.10	

			смирно»					
9	-//-	40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	29.10	
Ноябрь								
10	Бег 4 – 5 мин ОРУ Гимнастические упражнения (азы) Подвижные игры	40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Акробатика (кувырки, стойки) Гимнастические игры Игра на внимание «Класс – смирно»	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Техника группировки, перекаты	Текущий учет	Задание занятия	5.11	
11		40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	12.11	
12		40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Акробатика (кувырки, стойки) Гимнастические игры Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	19.11	
13		40	Бег 4 мин Разминка	-//-	-//-	-//-	26.11	

			(ОРУ) Акробатика (кувырки, стойки) Гимнастичес кие игры Игра на внимание «Класс – смирно»					
Декабрь								
14	Бег 5 – 6 мин ОРУ Подвижные игры. Азы баскетбола	40	Бег 5 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «К своим капитанам»	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Техника группировки, перекаты	Текущи й учет	Задани е заняти й	3.12	
15		40	Бег 5 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «К своим капитанам»	-//-	-//-	-//-	10.12	
16		40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «К своим капитанам»	-//-	-//-	-//-	17.12	

17		40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Вышибалы Дикий баскетбол (Азы б/б, ведение, передачи, броски в кольцо, игра по упрощённым правилам) Игра на внимание «К своим капитанам»	-//-	-//-	-//-	24.12	
----	--	----	---	------	------	------	-------	--

**Развёрнутое тематическое планирование
Подвижных игр для 4 класса
(второе полугодие)**

№ занятия	Задачи тренировки	Часы	Элементы содержания	Требования подготовки к воспитанникам	Вид контроля	Д/з	Дата проведения		
							По плану	Фактически	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Январь									
1	Бег 4– 5 мин ОРУ Подвижные игры, Дикий баскетбол.	40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Вышибалы Дикий баскетбол (с элементами и правил б/б) Игра на внимание «Класс – смирно»	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Запоминать правила игры.	Текущий учет	Задание занятию	14.01.25		
2	-//-	40	Бег 4 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Вышибалы Дикий баскетбол (с элементами и правил б/б) Игра на внимание «Класс –	-//-	-//-	-//-	21.01		

			смирно»					
3	-//-	40	Бег 5 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Вышибалы Дикий баскетбол (с элементами и правил б/б) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	28.01	
Февраль								
4	Бег 5– 6 мин ОРУ Подвижные игры. Дикий баскетбол.	40	Бег 5 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Дикий баскетбол (с элементами и правил б/б) Игра на внимание «Класс – смирно»	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Запоминать правила игры.	Текущий учет	Задание занятия	4.02	
5	-//-	40	Бег 5 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Дикий баскетбол (с элементами и правил б/б) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	11.02	
6	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Дикий баскетбол (с элементами и правил б/б) Игра на	-//-	-//-	-//-	18.02	

			внимание «Класс – смирно»					
7	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игра к своим капитанам Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б) Игра на внимание «Класс – смирно»	-//-	-//-	-//-	25.02	
Март								
8	Бег 6 мин ОРУ Подвижны е игры, Дикий баскетбол.	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игра «Воробьи вороны» Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Запоминать правила игры.	Текущи й учет	Задани е заняти й	4.03	
9	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игра «Воробьи вороны» Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	-//-	-//-	-//-	11.03	
10	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игра «Воробьи вороны» Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	-//-	-//-	-//-	18.03	
Апрель								
11	Бег 6 мин ОРУ Дикий баскетбол	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Дикий баскетбол (с элементам	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Запоминать правила игры.	Текущи й учет	Задани е заняти й	1.04	

			и правил б/б)					
12	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	-//-	-//-	-//-	8.04	
13	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	-//-	-//-	-//-	15.04	
14	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	-//-	-//-	-//-	22.04	
15	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Дикий баскетбол (с элементам и правил б/б)	-//-	-//-	-//-	29.04	
Май								
16	Бег 6 мин ОРУ Подвижны е игры	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игры на свежем воздухе	Уметь выполнять ОРУ в сочетании с дыханием. Запоминать правила игры.	Текущи й учет	Задани е заняти й	6.05	
17	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игры на свежем воздухе	-//-	-//-	-//-	13.05	
18	-//-	40	Бег 6 мин Разминка (ОРУ) Игры на свежем воздухе	-//-	-//-	-//-	20.05	
19		40	Бег 6 мин Разминка	-//-	-//-	-//-	27.05	

	-//-		(ОРУ) Игры на свежем воздухе					
--	------	--	---------------------------------------	--	--	--	--	--