

Краснодарский край, Белореченский район,
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 28 имени А.А.Киркарьяна
хутора Тернового муниципального образования Белореченский район

УТВЕРЖДЕНО:
решением педсовета протокол №1
от « 29 » августа 2022 года
председатель педсовета
_____ А.Г.Паронян

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»
Для учащихся 1 класса

Количество часов-34 часа

Количество часов в неделю-1 час.

Срок реализации программы 2022-2023.

Учитель: Миналян Мигран Едвартович

Пояснительная записка к программе по внеурочной деятельности «Подвижные игры».

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, на основе психолого-педагогической концепции развивающего обучения Д. Б. Эльконина - В.В.Давыдова и в соответствии с Рабочей программой по физической культуре. Предметная линия учебников В.И. Лях. 1-4 классы (пособие для учителей общеобразовательных организаций / 3-е изд. - М.: Просвещение, 2012. – 64 с.). Данная программа «Подвижные игры» в начальной школе является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развитие его разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений и навыков. В этом возрасте подвижные игры направлены на развития творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентации в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействия с партнерами, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

В результате обучения ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Цель данного творческого объединения – развивать физические качества учащихся 1 класса и совершенствовать двигательные, удовлетворить индивидуальные двигательные потребности.

Задачи обучения

Обучающие:

- ознакомить воспитанников с различными видами подвижных игр.

Развивающие:

- развивать у воспитанников фантазии и творческого мышления, развивать ловкость, быстроту, реакцию, бег.

Воспитательные:

- формировать потребность играть в паре, группе;
- воспитывать чувства коллективизма, взаимоуважения и правильного общения со сверстниками;

- укреплять здоровье

Данная программа ориентирована на детей 1 класса общеобразовательной школы 33 часа из расчёта 1 занятие в неделю.

Возрастной диапазон детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: 6-10 лет.

Срок реализации дополнительной образовательной программы – 3 года.

Для выполнения поставленных задач программой предусмотрены следующие основные виды занятий: подвижные игры, спортивные соревнования, эстафеты.

При организации занятий, важная роль принадлежит вопросам, связанным с соблюдением техники безопасности.

Количество воспитанников в группах 13-15 человек

Режим занятий:

- группа 1 года обучения

периодичность занятий: 1 час в неделю продолжительностью 30 минут

общее количество часов в год: 33

Для проведения учебных занятий используются различные группы методов и приемов обучения: практические (разучивания по частям, разучивания в целом, игровой и соревновательный метод), методы использования слова (рассказ, описания, объяснения, беседа, разбор, задание, указание, оценка, команда, подсчет), методы наглядного воздействия (показ, демонстрация: плакатов, рисунков, зарисовок учениками, кинофильмов), звуковая и световая сигнализация и т.д.

В процессе реализации программы широко используются такие формы контроля знаний, умений и навыков как смотр (ЗУН) – итоговый, текущий. Цель которого: определить фактический уровень состояния образовательного уровня детей. Строится на сочетании фронтальных, групповых и индивидуальных форм. Данная форма способствует формированию положительного психологического климата в коллективе.

Универсальные учебные действия 1 класс.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Подвижные игры» являются:

1. Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели.
2. Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
3. Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

1. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
2. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

3. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
4. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

1. Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
2. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.
3. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
4. Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.
5. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
6. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
7. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
8. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
9. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.
10. Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
11. Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

1. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
2. Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.
3. Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
4. Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.
5. Организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

6. Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.
7. В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
8. Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.
9. Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
10. Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Этапы реализации:

1 этап – начальный, включающий определение знаний, умений, которые дети получают от педагога в готовом виде.

2 этап – учебно-развивающий, дающий возможность под руководством педагога применить полученные знания и умения в игре.

3 этап – совершенствования ЗУН. На этом этапе создаются авторские работы, самостоятельно организуют игры. Педагог выступает в роли консультанта.

Программа построена на принципах:

- **сознательности и активности:**

назначение принципа сознательности и активности в физическом воспитании состоит в том, чтобы сформировать у занимающихся глубоко осмысленное отношение, устойчивый интерес и потребности к физкультурно-спортивной деятельности, а также побуждать их к оптимальной активности;

- **принцип наглядности:**

принцип наглядности обязывает строить процесс физического воспитания с широким использованием наглядности при воспитании и обучении. Наглядность означает привлечение органов чувств человека в процессе познания. Практическая наглядность в процессе физического воспитания осуществляется в таких формах, как зрительная, звуковая и двигательная.

- **принцип доступности и индивидуализации:**

принцип доступности и индивидуализации в физическом воспитании означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям занимающихся. При реализации принципа должна быть учтена готовность занимающихся к обучению, выполнению той или иной тренировочной нагрузки и определена мера доступности. Назначение принципа доступности и индивидуализации заключается в следующем: 1) обеспечить для каждого занимающегося наиболее оптимальные условия для формирования двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, совершенствование физической работоспособности; 2) исключить негативные, вредные последствия для организма человека от чрезмерных, непосильных тренировочных нагрузок, требований, заданий.

Ожидаемые результаты:

Должны знать	Должны уметь
Второй год обучения	
- правила техники безопасности; - значение физических упражнений для здоровья; - хорошо знать правила игр.	играть по правилам в игры под руководством педагога.

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности	Планируемые результаты	Кол. часов	
1	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Быстрые шеренги», «Салки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
2	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
3	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
4	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Пустое место», «Рыбы и рыбаки».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
5	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	

	скакалку, «классики».	скоростно-силовых способностей			
6	Подвижные игры: «Коты и мыши». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
7	Разучивание игры «Два мороза». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
8	Разучивание игры «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
9	Разучивание игры «Мышеловка». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
10	Разучивание игры «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
11	Разучивание игры «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	

		способностей.			
12	Разучивание игры «Волк во рву». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
13	Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Наперегонки парами». Самостоятельные игры.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
14	Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
15	Разучивание игры «Лягушки-цапли». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 часа	
16	Подвижные игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 часа	
17	Разучивание игры «Кенгурбол». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
18	Разучивание игры «Аисты». Эстафета с прыжками через	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с	1 час	

	движущее препятствие. «Перетягивание каната».	способностей.	прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.		
19	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игры «Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
20	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игры «Перетягивание каната»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
21	Разучивание игры «Береги предмет»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
22	Разучивание игры «Кто первый через обруч к флажку?»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
23	Разучивание игры «Пчёлки». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
24	Разучивание игры «Пролезай-убегай». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
25	«Пятнашки» «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно	1 час	

			играть в разученные игры.		
26	«С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
27	«Кто дольше не собьётся». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
28	«Удочка». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
29	Разучивание игры «Покати-догони». Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
30	Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
31	Разучивание игры «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
32	Разучивание игры «Упасть не давай». Эстафета с мячами, скакалками.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1 час	
33	Весёлые старты.	Подвижные игры. Развитие		1 час	

		глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.			
	Итого:			33 часа	

Используемая литература.

1. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы» / Н.И. Дереклеева. - М. : «ВАКО», 2007. – 152 с.
2. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы : пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 64 с.
3. Патрикеев, А. Ю. Подвижные игры : 1-4 классы [Текст]: методика проведения. Игры на улице и в помещении. Игры с предметами и без. Игры для физкультурминутки / авт.-сост. А. Ю. Патрикеев. - М. : ВАКО, 2007. - 176 с.
4. Патрикеев А.Ю. «Зимние подвижные игры 1-4 классы» / А.Ю.Патрикеев. - М. : ВАКО», 2009. – 176 с.
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой» / Г.П. Попова. - Волгоград: «Учитель», 2008. – 173 с.
6. Физкультура. Методика преподавания, спортивные игры / Сирия «Книга для учителя». – Ростов н/Д: «Феникс», 2003. – 256 с.

СОГЛАСОВАНО.

Протокол заседания
школьного методического объединения
учителей
от 29.08.2022 № 1,
Руководитель _____ И.А.Мовсесян

СОГЛАСОВАНО.

Заместитель директора по УВР
_____ А.А.Мелетлян

29.08.2022 г.