

Приложение
к основной общеобразовательной программе
начального общего образования
МОБУ «Волховская средняя
общеобразовательная школа № 5»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
Направление: физкультурно-спортивное
для обучающихся 7-11 лет

Волхов 2024

1.Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» предназначена для реализации общеинтеллектуального направления развития личности учащихся. Программа составлена с учётом личностных, метапредметных и предметных планируемых результатов в соответствии со следующими документами:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (в актуальной редакции);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- Образовательная программа начального общего образования МОБУ «Волховская средняя общеобразовательная школа №5»;
- Рабочая программа воспитания МОБУ «Волховская средняя общеобразовательная школа №5»;

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлена для учащихся 2 класса на 1 учебный год из расчёта 1 часа в неделю. Всего за год - 34 часа.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

Ученик получит возможность научиться

- 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:

Ученик научится:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- 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;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметные результаты:

Ученик получит возможность научиться:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- 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;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Формы занятий:

Ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

Формы подведения итогов реализации программы.

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

Содержание программы. (68 занятий)

Игры с бегом (16 часов).

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».
- Комплекс ОРУ. Игра «Два мороза»
- Комплекс ОРУ в кругу. Игра «Волк и овцы»

Игры с мячом (16 часов)

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Снайпер».
- Комплекс ОРУ с мячами. Мини-футбол.
- Комплекс ОРУ в кругу. Игра «Пионербол»

Игры с прыжками (12 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «В дальнюю зону».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».
- Комплекс ОРУ. Игра «Зайцы в огороде»
- Комплекс ОРУ. Игра «Прыжок за прыжком»

Эстафеты (14 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет.

Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Эстафеты

Народные игры (10 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Знакомство с играми народов России. Классификация народных игр. Инструктаж по ТБ.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр.

Календарно – тематический план дополнительной образовательной программы «Подвижные игры»

№	Содержание.	Кол-во часов.		Дата проведения
		Теория	Практика	
Игры с бегом				
1	Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	2ч	-	

2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами».	-	2ч.	
3	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Мешочек».	-	2ч.	
4	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок».	-	2ч.	
5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике».	-	2ч.	
6	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».	-	2ч.	
7	Комплекс ОРУ. Игра «Два мороза»	-	2ч.	
8	Комплекс ОРУ в кругу. Игра «Волк и овцы»	-	2ч.	
Игры с мячом				
1	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре».	-	2ч.	
2	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу».	-	2ч.	
3	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Снайпер».	-	4ч.	
4	Комплекс ОРУ с мячами. Мини-футбол.	-	4ч.	
5	Комплекс ОРУ в кругу.	-	4ч.	

	Игра «Пионербол»			
Игры с прыжками				
1	Комплекс ОРУ. Игра «В дальнюю зону».	-	2ч.	
2	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	-	2ч.	
3	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	-	2ч.	
4	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	-	2ч.	
5	Комплекс ОРУ. Игра «Зайцы в огороде»	-	2ч.	
6	Комплекс ОРУ. Игра «Прыжок за прыжком»	-	2ч.	
Эстафеты				
1	Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	2ч.	-	
2	Комплекс ОРУ. Эстафета зверей.	-	2ч.	
3	Комплекс ОРУ. Новогодняя эстафета.	-	2ч.	
4	Комплекс ОРУ. Эстафета 23 февраля.	-	2ч.	
5	Комплекс ОРУ. Эстафета	-	2ч.	

	8 марта.			
6	Комплекс ОРУ. Весенние старты.	-	2ч.	
7	Комплекс ОРУ. Эстафета «День победы»	-	2ч.	
Народные игры.				
1	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Знакомство с играми народов России. Классификация народных игр. Инструктаж по ТБ.	2ч.	-	
2	Комплекс ОРУ. Башкирская народная игра «Липкие пеньки»	-	2ч.	
3	Комплекс ОРУ. Русская народная игра «Горелки»	-	2ч.	
4	Комплекс ОРУ. Якутская народная игра «Вестовые»	-	2ч.	
5	Комплекс ОРУ. Карельская народная игра «Оленма» (Я есть)	-	2ч.	

Материально – техническое обеспечение программы: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

Методическое обеспечение программы: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

Приёмы и методы

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;

- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли,

воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Литература

1. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие.// В. Е. Гриженя / М.: Советский спорт, 2005. – 40 с.
2. Гришина Г.Н. Любимые детские игры. // Г.Н.Гришина / М.: ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.-96 с.
3. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов мира. // А.В. Кенеман /М.: Просвещение, 1989 г.- 239 с.
4. Лях В. И., Зданевич А. А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс. //В. И. Лях, А. А. Зданевич / М.: Просвещение, 2008. – 127 с.