

Пояснительная записка к программе курса «Подвижные игры»

- Рабочая программа внеурочной деятельности (курс «Подвижные игры») разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

• Место курса в плане

- Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» в 3 классе рассчитана на 34 учебных часов. (1 часа в неделю, 34 учебных недели).

• Планируемые результаты.

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Содержание программы.

3класс

Игры с бегом (10 часов)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом (10 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»

- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Игры с прыжками (10 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (10 часов)

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение».
- Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
- Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

Зимние забавы (8 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (10 часов)

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (10 часов)

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

3 класс

№	Тема	Количество часов
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	10 ч.
2.	Игры с мячом.	10 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	10 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	10 ч.
5.	Зимние забавы.	8 ч.
6.	Эстафеты.	10 ч.
7.	Народные игры	10 ч.
Итого:		68 ч.

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Дата		Тема занятия
	Проведен.	Корректир.	
1-2			Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.
3-4			Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
5-6			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
7-8			Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
9-10			Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»
11-12			Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.
13-14			Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
15-16			Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
17-18			Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
19-20			Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»
21-22			Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.
23-24			Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
25-26			Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
27-28			Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
29-30			Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».
31-32			Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.
33-34			Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
35-36			Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
37-38			Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
39-40			Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»
41-42			Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.
43-44			Игра «Строим крепость».

45-46			Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».
47-48			Игра «Лепим снеговика».
49-50			Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.
51-52			Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
53-54			Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
55-56			Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».
57-58			Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».
59-60			Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.
61-62			Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
63-64			Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
65-66			Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
67-68			Разучивание народных игр. Игра "Мишени".