

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Каяльская средняя общеобразовательная организация (МБОУ Каяльская СОШ)

УТВЕРЖДЕНО  для  
ДОКУМЕНТОВ

Директор школы



Н.Ф. Бурунина

Приказ № 221 - ОД  
от «31» 08 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

для обучающихся 4 класса

п. Каяльский 2023

## 1. Пояснительная записка

При составлении программы использовались УМК Физическая культура. 1-11 классы:

- Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. / Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева.
- Подвижные игры как форма организации и проведения динамической паузы с детьми младшего школьного возраста. С.С. Пичугин. Начальная школа плюс до и после: журн.;
- Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры;
- Подвижные игры В.Г. Яковлев, В.П. Ратников.

Программа разработана в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

Программный материал спланирован на основе подвижных игр. Предназначен для спортивно-оздоровительной работы с детьми, проявляющих свой познавательный интерес к физической культуре и спорту, а также к знаниям и умениям организации здорового образа жизни.

**Целью** курса является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, создание условий для физического развития детей, формирования личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

### **Задачи:**

- активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью применения их в организации своего отдыха и досуга;
- формировать умение самостоятельно организовывать и проводить игры с учетом особенностей количества участников, места проведения и наличия спортивного инвентаря;
- привитие интереса к осознанному обучению правил подвижных игр для использования их в повседневной жизни;
- укрепление здоровья школьников средствами физкультурно-оздоровительной деятельности, формирование основ здорового образа жизни.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, проявлять творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируется устойчивое, уважительное отношение к культуре своей страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, ее культуре и наследию. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижение науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий. Подвижные игры как средство физического воспитания отличаются рядом особенностей. Наиболее характерные из них – это активность и самостоятельность играющих, коллективность действий и непрерывно меняющиеся условия деятельности. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление здоровья детей.

В соответствии со структурой двигательной деятельности программа по «Подвижным играм» включает в себя три основных раздела: «Знания о подвижных играх» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной деятельности во время игр (операционный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально – мотивационный компонент деятельности).

В рабочей программе двигательная деятельность на занятиях по подвижным играм представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

**Первая содержательная линия** «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. В первом разделе «Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности» даются сведения о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами подвижных игр, Во втором разделе «Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью» даются комплексы упражнений, направленно содействующих коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию

В третьем разделе «Способы физкультурно-оздоровительной деятельности» дается перечень способов по самостоятельной организации и проведению подвижных игр, приемов контроля и регулирования физических нагрузок, гигиенических процедур.

**Вторая содержательная линия** «Спортивно-оздоровительная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях подвижными играми и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. В первом разделе «Знания о спортивно-оздоровительной деятельности» приводятся сведения по истории возникновения и развитие подвижных игр, раскрываются педагогическая характеристика подвижных игр и методика их проведения, даются представления об общей и специальной физической подготовке и формах их организации. Во втором разделе «Физическое совершенствование со спортивной направленностью» приводятся подвижные игры из базовых видов спорта, имеющих относительно выраженное прикладное значение и вызывающих определенный интерес у учащихся. В третьем разделе «Способы физкультурно-спортивной деятельности» раскрываются способы деятельности, необходимые и достаточные для организации и проведения самостоятельных занятий по подвижным играм.

#### **Место курса в учебном плане.**

В соответствии с Образовательной программой школы на изучение курса «Подвижные игры» отводится 17 часов в год.

Тематическое планирование рассчитано на 16 часов, с учетом того, что 1 час в году выпадает на праздничный день: 9 мая.

## 2. Планируемые результаты изучения учебного предмета.

Программа обеспечивает достижение определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **Личностные результаты:**

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа
- уважительное отношение к культуре других народов;
- умение выражать свои эмоции;
- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие.

### **Метапредметными результатами:**

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- уметь планировать и регулировать свои действия во время подвижной игры;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму;
- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);
- соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;
- подбирать упражнения для разминки;
- использовать знания во время подвижных игр на досуге;
- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

### **К концу обучения ученик научится:**

- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;

- играть в подвижные игры;
- соблюдать правила игры;
- организовать подвижные игры (3-4);
- работать в коллективе;

Учащиеся **получат возможность научиться:**

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- выполнять комплексы упражнений, направленно воздействующие на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток.

### **Ценностные ориентиры содержания внеурочной деятельности**

Содержание программы по внеурочной деятельности «Народные игры» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

### **Формы занятий:**

- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- часы здоровья

### **Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

### **Режим и место проведения занятий:**

Занятия проводятся во второй половине дня. Место проведения – спортивный зал, пришкольная спортивная площадка, кабинет для внеурочных занятий. Подвижные игры проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы, викторины в кабинете для внеурочных занятий.

### **Формы подведения итогов реализации программы:**

Участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и села; открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности. Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях: весёлые старты; спортивные эстафеты; фестиваль игр; спортивный праздник «День здоровья».

### **3. Содержание программы**

#### **1. Бессюжетные игры**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

#### **2. Игры-забавы**

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

#### **3. Народные игры**

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

#### **4. Любимые игры детей**

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

#### 4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№	Тема занятий	Деятельность учителя	Деятельность учащихся	Дата	
				план	факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	Провести инструктаж по технике безопасности.	<u>Договариваются</u> и приходят к общему решению в совместной деятельности.	14.09	
2.	Подвижная игра «Воробьи, вороны».	Разучить правила игры «Воробьи, вороны».	Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	28.09	
3.	Подвижная игра «Третий лишний»	Закрепить правила игры «Два Мороза», учить играть самостоятельно	Самостоятельно <u>выделяют</u> и <u>формулируют</u> поставленные цели.	12.10	
4.	Подвижная игра «Мяч - капитану»	Разучить правила игры «Мяч - капитану», учить играть самостоятельно	<u>Проявляют</u> дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	26.10	
5.	Разучивание подвижной игры «Прыгающие воробышки»	Разучить правила игры «Прыгающие воробышки», учить играть самостоятельно	<u>Используют</u> общие приёмы решения поставленных задач. <u>Оценивают</u> правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	16.11	
6.	Разучивание комплекса утренней гимнастики «Проснись»	Разучить комплекс утренней гимнастики «Проснись»		30.11	
7.	Разучивание игры «У ребят порядок строгий»	Разучить игру «У ребят порядок строгий»	<u>Проявляют</u> дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	14.12	
8.	Разучивание комплекса утренней гимнастики «Мы спортсмены»	Разучить комплекс утренней гимнастики «Мы спортсмены»	<u>умеют</u> управлять эмоциями при общении со сверстниками. <u>Ориентируются</u> в разнообразии способов решения задач. Адекватно <u>воспринимают</u> оценку учителя.	28.12	
9.	Разучивание игры: «Угадай, чей голосок»	Разучить общеразвивающую игру: «Угадай, чей голосок»		18.01	
10.	Разучивание игр со скакалкой («Веревочка», «Солнышко»)	Разучивать игры со скакалкой («Веревочка», «Солнышко»)	<u>Формулируют</u> собственное мнение и позицию; <u>договариваются</u> и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	01.02	
11.	Разучивание игр «Мы веселые ребята», «У медведя во бору»	Разучить игру «Мы веселые ребята», «У медведя во бору»	<u>Понимают</u> значение знаний для человека и <u>принимают</u> его; <u>раскрывают</u> внутреннюю позицию школьника.	15.02	
12.	Разучивание игр с лазанием и перелазанием	Разучить игры с лазанием и перелазанием		29.02	

13.	Разучивание подвижной игры «Третий лишний»	Разучить игру «Третий лишний»	<p><u>Допускают</u> возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнёра в общении и взаимодействии.</p> <p><u>Оrientируются</u> в разнообразии способов решения задач. Адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p><u>Формулируют</u> собственное мнение и позицию; <u>договариваются</u> и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><u>Проявляют</u> дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; <u>умеют управлять</u> эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p> <p><u>Ставят и формулируют</u> проблемы; <u>ориентируются</u> в разнообразии способов решения задач.</p> <p><u>Выполняют</u> действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p>	14.03	
14.	Подвижная игра «Горячий мяч»	Разучить правила игры «Горячий мяч», учить играть самостоятельно		04.04	
15.	Игры разных народов: «Салки», «Лапта».	Познакомить о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами подвижных игр		18.05	
16.	Мои любимые игры. Игры по выбору	Закрепить правила игры в изученных играх. Выявить знания о понравившихся играх		16.05	