

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная школа с. Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области

Согласовано

Протокол № 8 Методического Совета
от «27» июня 2024 г.

Утверждено

Директор ГБОУ ООШ с. Верхнее Санчелеево
Приказ № 194-од от «27» июня 2024 г.
Н.П. Безроднова



C=RU, O=ГБОУ
ООШ с.
Верхнее
Санчелеево,
CN=Безродн
ова Наталья
Петровна,
E=bezrodnova
197_9@mail.ru
2023.10.05
10:11:
25+04'00'

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Подвижные игры» 1-4 классы
(спортивно-оздоровительное направление)**

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Содержание обучения	5
Планируемые результаты освоения программы	8
Тематическое планирование	13
Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса	14

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы «Подвижные игры» учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации. В программе «Подвижные игры» нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий. Изучение учебного предмета имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Целью образования данной программы на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности. Развивающая ориентация программы заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации занятий подвижными

играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью. Воспитывающее значение программы раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности. Методологической основой структуры и содержания программы для общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания программы по внеурочной деятельности «Подвижные игры». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета. В целях усиления мотивационной составляющей программы и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре.

Содержание программы обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материальнотехнической базы, квалификации педагогического состава.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и

предметные результаты. Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Форма организации реализуемой программы: подвижные игры.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание обучения программы по внеурочной деятельности разделяется по классам.

1 класс

Игры с бегом. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры с мячом. История возникновения игр с мячом. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игра с прыжками. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры малой подвижности. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учебы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Зимние забавы. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Эстафеты. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Народные игры . Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

2 класс

Игры с бегом. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры с прыжками. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры с мячом. Правила безопасного поведения при с играх мячом. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры малой подвижности. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Зимние забавы. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Эстафеты. Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Народные игры. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

3 класс

Игры с бегом. Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

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

Игры с прыжками. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры малой подвижности. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Зимние забавы. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Эстафеты. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Народные игры . Материальная и духовная игровая культура.

Организация и проведение игр на праздниках. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

4 класс

Игры с бегом. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры с мячом. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игры с прыжками . Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Игра малой подвижности. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Зимние забавы. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. Данный раздел включает практические занятия представленные тематическом плане.

Эстафеты. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок. Данный раздел включает практические занятия, представленные тематическом плане.

Игра малой подвижности. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. Данный раздел включает практические занятия, представленные тематическом плане.

Народные игры. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. Данный раздел включает практические занятия, представленные тематическом плане. Формы организации:

Ведущей формой организации обучения является групповая. Включает участие 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.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты освоения программы «Подвижные игры» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими

социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности. В результате изучения программы на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

1) патриотическое воспитание: ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке;

2) гражданское воспитание: представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности, готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков, оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

3) ценности научного познания: знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции; познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;

4) формирование культуры здоровья: осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства, ответственное отношение к регулярным

занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений, установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом;

5) экологическое воспитание: экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях, ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей; экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

Метапредметные результаты. В результате изучения программы по внеурочной деятельности на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

Предметные результаты изучения программы отражают опыт обучающихся в физкультурной деятельности. В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленного программой по внеурочной деятельности, выделяются: полученные знания, освоенные обучающимися, умения и способы действий, специфические для предметной области «Физическая культура» периода развития начального общего образования, виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях. Предметные результаты представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определённых умений. К концу обучения в 1 классе обучающийся получит следующие предметные результаты: знания о физической культуре: различать основные предметные области (гимнастика, игры, туризм, спорт); формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в

зале и на улице, иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни, формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке); формулировать простейшие правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, применять их в повседневной жизни. Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями: выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе, упражнения для развития гибкости и координации; составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики, измерять и демонстрировать в записи индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их значения с рекомендуемыми для гармоничного развития значениями. Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения: участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов, выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности, общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, выполнять команды и строевые упражнения. К концу обучения во 2 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы: описывать технику выполнения освоенных гимнастических упражнений по видам разминки, отмечать динамику развития личных физических качеств: гибкости, силы, координационно-скоростных способностей; кратко излагать историю физической культуры, гимнастики, олимпийского движения, некоторых видов спорта, излагать и находить информацию о ГТО, его нормативов, описывать технику удержания на воде и основных общеразвивающих гимнастических упражнений как жизненно важных навыков человека, К концу обучения в 3 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы:

представлять и описывать структуру спортивного движения в нашей стране, формулировать отличие задач физической культуры от задач спорта; выполнять задания на составление комплексов физических упражнений по преимущественной целевой направленности их использования, находить и представлять материал по заданной теме, объяснять связь физических упражнений для формирования и укрепления здоровья, развития памяти, разговорной речи, мышления; представлять и описывать общее строение человека, называть основные части костного скелета человека и основные группы мышц; описывать технику выполнения освоенных физических упражнений; формулировать основные правила безопасного поведения на занятиях по физической культуре; находить информацию о возрастных периодах, когда эффективно развивается каждое из следующих физических качеств: гибкость, координация, быстрота, сила, выносливость; различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств и способностей человека. К концу обучения в 4 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы: определять и кратко характеризовать физическую культуру, её роль в общей культуре человека, пересказывать тексты по истории физической культуры, олимпизма, понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью; называть направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания; понимать и перечислять физические упражнения в классификации по преимущественной целевой направленности; формулировать основные задачи физической культуры, объяснять отличия задач физической культуры от задач спорта; характеризовать туристическую деятельность, её место в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания и отмечать роль туристической деятельности в ориентировании на местности и жизнеобеспечении в трудных ситуациях; давать основные определения по организации строевых упражнений: строй, фланг, фронт, интервал, дистанция, направляющий, замыкающий, шеренга, колонна;

знать строевые команды; знать и применять методику определения результатов развития физических качеств и способностей: гибкости, координационно-скоростных способностей; определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма; определять состав спортивной одежды в зависимости от погодных условий и условий занятий; различать гимнастические упражнения по воздействию на развитие физических качеств (сила, быстрота, координация, гибкость).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Содержание 1 класс	Количество часов
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	6
2.	Игры с мячом	5
3.	Игра с прыжками (скакалки)	5
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	5
5.	Зимние забавы	4
6.	Эстафеты	3
7.	Народные игры	5
ИТОГО		33

№	Содержание 2-4 классы	Количество часов
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	5
2.	Игры с мячом	5
3.	Игра с прыжками (скакалки)	5
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	5
5.	Зимние забавы	4
6.	Эстафеты	5
7.	Народные игры	5
ИТОГО		34

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» Физическая культура - 1 класс - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

<https://www.gto.ru>

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://resh.edu.ru/>

https://edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm

Методические рекомендации | ВФСК ГТО (gto.ru)

<https://www.gto.ru>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://uchi.ru> https://edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm

Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

<https://www.gto.ru> ВФСК ГТО (gto.ru)