

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ № 11

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей начальных
классов

Корнилова Н.И.
Протокол №1 от «30» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

Власова С.В.
Протокол №1 от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
Одинцовской гимназии
№11

Драчева Н.Ю.
Приказ №170 от «01» 09 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

г. Одинцово
2023 - 2024

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлена с использованием следующих пособий: А.Ю.Патрикеев «Подвижные игры: 1-4 классы»-М.-«Вако»; Т.Н.Образцова «Подвижные игры для детей», -М.: «Вако».

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр — их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

2. Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

Программа реализуется в работе с обучающимися 1-4 классов из расчета 1 час в неделю, в 1 классе - 33 часа в год, во 2-4 классах – 34 часа в год.

3. Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты освоения курса

- Ученик получит возможность для формирования:
- целостного, социально ориентированного взгляда на мир;
- ориентации на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способности к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- способности активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- способности проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развития мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий; умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты освоения курса

Регулятивные УУД

Ученик научится:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планировать общие цели и пути их достижения;
- распределять функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивному разрешению конфликтов;
- осуществлению взаимного контроля;
- оценке собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

Ученик получит возможность научиться:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД

Ученик научится:

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- учиться выполнять различные роли в группах.

Предметные результаты

При овладении диалогической речью в ситуациях повседневного общения младшие школьники учатся:

* вести диалог этикетного характера: приветствовать и отвечать на приветствие; знакомиться. Представиться самому и представлять друга; прощаться; поздравлять и благодарить за поздравление; выражать благодарность в процессе совместной деятельности; извиняться;

* вести диалог — расспрос;

Объем диалогического высказывания 2-3 реплики с каждой стороны.

При овладении монологической речи младшие школьники учатся:

* описывать предмет, картинку на заданную тему;

* описывать животное, предмет, указывая название, размер, количество, место расположения;

* кратко высказываться о себе, своей семье, своем друге, своем домашнем животном, герое любимой сказки;

* воспроизводить выученные стихи, песни, рифмовки.

Объем монологического высказывания 4-5 фраз.

В процессе овладения аудированием младшие школьники учатся:

* различать на слух звуки, звукосочетания, слова, предложения английского языка;

* различать на слух интонацию и эмоциональную окраску фраз;

* воспринимать и понимать речь учителя;

* понимать с опорой на наглядность основное содержание речи учителя

4. Содержание курса внеурочной деятельности

№	Тематика занятий	Количество часов

	1 класс	
1	Здоровый образ жизни	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена	1
4	Профилактика травматизма	2
5	Нарушение осанки	1
6	Русские народные игры и забавы	27
Итого		33
	2 класс	
1	Здоровый образ жизни	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена	1
4	Профилактика травматизма	2
5	Нарушение осанки	1
6	Старинные подвижные игры и забавы	28
Итого		34
	3 класс	
1	Здоровый образ жизни	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена	1
4	Профилактика травматизма	2
5	Нарушение осанки	1
6	Современные подвижные игры	28
Итого		34
1	Здоровый образ жизни	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Личная гигиена	1
4	Профилактика травматизма	2
5	Нарушение осанки	1
6	Русские игровые традиции	28
Итого		34

**5. Календарно-тематическое планирование
1 класс**

№ п/п	Тема занятия (раздела)	Кол-во часов	Дата проведения занятия	
			план	факт
1.	Здоровый образ жизни	1		
2.	Здоровье в порядке – спасибо зарядке!	1		
3.	Личная гигиена	1		
4.	Профилактика травматизма	1		
5.	Нарушение осанки	1		
6.	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	1		
7.	«Поймай рыбку»	1		
8.	«Цепи кованы»	1		
9.	Профилактика травматизма	1		
10.	«Змейка на асфальте»	1		
11.	«Бег с шариком»	1		
12.	«Нас не слышно и не видно»	1		
13.	«Третий лишний»	1		
14.	«Ворота»	1		
15.	«Чужая палочка»	1		
16.	«Белки, шишки и орехи»	1		
17.	Профилактика травматизма	1		
18.	Нарушение осанки	1		
19.	«След в след»	1		
20.	Эстафета	1		
21.	«Мишень»	1		
22.	«С кочки на кочку»	1		
23.	«Без пары»	1		
24.	«Верёвочка»	1		
25.	«Плетень»	1		
26.	Профилактика травматизма	1		
27.	«Кто больше»	1		
28.	«Успевай, не зевай»	1		
29.	«День и ночь»	1		
30.	«Наперегонки парами»	1		
31.	«Ловушки – перебежки»	1		
32.	«Вызов номеров»	1		
33.	Эстафета	1		

2 класс

№ п.п.	Тема раздела/ урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Здоровый образ жизни	1		
2	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1		
3	Личная гигиена	1		
4	Профилактика травматизма	1		
5	Нарушение осанки	1		
6	«Двенадцать палочек»	1		
7	«Катание яиц»	1		
8	«Чижик»	1		
9	«Пустое место»	1		
10	«Городки»	1		

11	«Пятнашки»	1		
12	«Волки и овцы»	1		
13	«Намотай ленту»	1		
14	«Лапта»	1		
15	Эстафета	1		
16	«Без соли соль»	1		
17	Профилактика травматизма	1		
18	«Чет-нечет»	1		
19	Эстафета	1		
20	«Серый волк»	1		
21	«Ловись, рыбка, большая и маленькая»	1		
22	«Платок»	1		
23	«Кто боится колдуна?»	1		
24	«Догонялки на санках»	1		
25	Профилактика травматизма	1		
26	Нарушение осанки	1		
27	«Лучники»	1		
28	«Волк»	1		
29	«Камнепад»	1		
30	Эстафета	1		
31	«Горелки»	1		
32	«Штандер»	1		
33	«Рыбки»	1		
34	Профилактика травматизма	1		

3 класс

№ п.п	Тема раздела/ урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1		
2.	Личная гигиена	1		
3.	Профилактика травматизма	1		
4.	«Щука»	1		
5.	«Водяной»	1		
6.	«Третий лишний»	1		
7.	«На золотом крыльце сидели ...»	1		
8.	«Кандалы»	1		
9.	«Ворота»	1		
10.	«Слон»	1		
11.	«Козел»	1		
12.	«Лягушки и цапля»	1		
13.	«Волк во рву»	1		
14.	Профилактика травматизма	1		
15.	«Прыгуны»	1		
16.	«Лошади»	1		
17.	«Птички и клетка»	1		
18.	«Северный и южный ветер»	1		
19.	«Бой петухов»	1		
20.	«Караси и щука»	1		
21.	«Лиса в курятнике»	1		
22.	Нарушение осанки	1		

23.	«Река и ров»	1		
24.	«Горячая картошка»	1		
25.	«Заяц без логова»	1		
26.	«Подвижная цель»	1		
27.	«Бредень»	1		
28.	«Заколдованный замок»	1		
29.	«Али-баба»	1		
30.	«Два Мороза»	1		
31.	«Жар-птица»	1		
32.	«Перетягивание вoза»	1		
33.	Профилактика травматизма	1		
34.	Эстафета	1		

4 класс

№ п/п	Тема занятия (раздела)	Кол-во часов	Дата проведения занятия	
			План	Факт
1	Здоровый образ жизни	1		
2	Здоровье в порядке – спасибо зарядке	1		
3	Личная гигиена	1		
4	Нарушение осанки	1		
5	«Зазывалки»	1		
6	«Жребий»	1		
7	«Волки во рву»	1		
8	«Волки и овцы»	1		
9	«Медведь и вожак»	1		
10	«Водяной»	1		
11	«Невод»	1		
12	«Чехарда»	1		
13	«Птицелов»	1		
14	Эстафета	1		
15	«Жмурки»	1		
16	Профилактика травматизма	1		
17	«Дуга»	1		
18	Эстафета	1		
19	«Кот и мышь»	1		
20	«Ляпка»	1		
21	«Заря»	1		
22	«Гуси»	1		
23	«Удар по веревочке»	1		
24	Профилактика травматизма	1		
25	«Зайки»	1		
26	«Прыганье со связанными ногами»	1		
27	«У медведя во бору»	1		
28	«Бой петухов»	1		
29	«Переездной конь»	1		
30	«Зеленая репка»	1		

31	«Дударь»	1		
32	«Капустка»	1		
33	«Солнышко»	1		
34	«Птицелов»	1		

6. Формы организации и виды деятельности

Виды деятельности:

- спортивно-оздоровительная деятельность;
- игровая деятельность;
- досугово - развлекательная деятельность

Формы организации:

- спортивные турниры;
- игры;
- беседы по ЗОЖ;
- весёлые старты;
- экскурсии;
- дни здоровья;
- прогулки