

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 42»**

«ПРИНЯТО»
Педагогическим советом:
Протокол №1 от 30.08.2022 г.



«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом директора №135-ОД
от 30.08.2022 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
1-4 класс

г. Вологда
2022 год

Содержание

Введение.....	3
Раздел 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности	4
Раздел 2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.....	5
Раздел 3. Тематическое планирование.....	7

Введение

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (приказ Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 286, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., рег. номер – 64100);

Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждённой Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р;

Программа реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности на уровне начального общего образования.

Программа рассчитана на четыре года обучения для обучающихся младших классов (135 часов).

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности учащихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

В приложении 1 и приложении 2 к рабочей программе – оценочные материалы и методические рекомендации по использованию форм внеурочной деятельности в рамках реализации курса «Подвижные игры».

Раздел 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры» является результатом формирования универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде;
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Метапредметные результаты

- базовые логические действия (сравнивать объекты, устанавливать основания сравнения, устанавливать аналогии; объединять части объекта по определенному признаку);
- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах), базовые исследовательские действия (определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов, проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование, формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения);
- работа с информацией;
- универсальные учебные коммуникативные действия (общение, совместная деятельность);
- универсальные регулятивные действия (самоорганизация, самоконтроль).

Предметные результаты

- сформированность общих представлений о физической культуре и спорте, физических качествах, основных физических упражнениях;
- умение вести наблюдение за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств;
- умение применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности.

Раздел 2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности составляет 135 часов (1-4 класс).

Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры различных народов». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

Раздел 3. Тематическое планирование

1 класс

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	6 ч.	1 ч.	5 ч.
2	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3	Игра с прыжками (скакалки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
4	Игры малой подвижности. Игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки.	5ч.	1 ч.	4 ч.
5	Зимние забавы.	4ч.	1 ч.	3 ч.
6	Эстафеты.	4 ч.	1 ч.	3ч.
7	Народные игры	5 ч.	1 ч.	4ч.
Итого:	34 ч.	7 ч.	27ч.	

2 класс

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
2	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3	Игра с прыжками (скакалки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
5	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.
6	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
7	Народные игры	5 ч.	1 ч.	4ч.
	Итого:	34 ч.	7 ч.	27 ч.

3 класс

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.
2	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
5	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.
6	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
7	Народные игры	5ч.	1 ч.	4 ч.
	Итого:	34 ч.	7 ч.	27 ч.

4 класс

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.
2	Игры с мячом.	5ч.	1 ч.	4 ч.
3	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
5	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.
6	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
7	Народные игры.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
	Итого:	34 ч.	7 ч.	27 ч.

Оценочные материалы

Методические рекомендации по использованию форм внеурочной деятельности в рамках внеурочного курса «Подвижные игры»

Сюжетно-ролевая игра – это вид деятельности, для которой характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные её сюжетом

Сюжетные игры отличаются чётко выработанным сценарием с фиксированными правилами. Они характерны продуманными действиями всех участников событий, отклонение от сюжета представляется невозможным. Все средства физического воспитания подчинены определенному сюжету

Бессюжетные игры характерны отсутствием сценария, однако требуют от детей внимательности, быстроты и самостоятельности. В процессе занятия ребёнок должен повторять определённое двигательное действие, чаще всего представленное в виде состязания.

Игры-забавы также требуют выполнения конкретного задания в виде соревнования. Отличие от бессюжетных состоит в том, что часть детей участвует в игре, а другая часть является зрителями

Игры различные по степени подвижности.

Различают занятия большой, средней и малой активности.

К первой группе относятся те занятия, в которых принимают участие большинство детей, чаще всего это бег или прыжки.

Ко второй группе относятся игры, в которых также участвуют все ребята, но задания более спокойны, например, ходьба или передача снарядов.

В играх небольшой подвижности действия неинтенсивны и имеют медленный темп.

Игры может проводиться в самых различных условиях: в зале, на спортивной площадке, в рекреации. При этом возраст и количество участников могут быть совершенно различными и ничем не регламентироваться.

Что надо знать при подготовке и проведении подвижных игр:

1 этап. Подготовка к проведению игры.

- **Выбор игры.** Это зависит от поставленной задачи, возраста, физических данных, количества детей, условий и места проведения.
- **Подготовка места для игры.** Для проведения игр на свежем воздухе необходимо подобрать ровную, с травяным покрытием площадку. Если игра проводится в помещении, то там не должно быть посторонних предметов, мешающих движениям играющих.
- **Подготовка инвентаря к играм.** Желательно, чтобы инвентарь был красочным, ярким, заметным в игре. По размеру и весу должен соответствовать силам играющих.
- **Разметка площадки.** Если разметка площадки требует много времени, то это делается до начала игры. Несложную разметку можно провести одновременно с рассказом содержания игры. В спортивном зале в качестве разметки для игры можно использовать линии разметок площадок для спортивных игр.

2 этап. Организация играющих.

– **Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры.** Пред объяснением игры необходимо так расставить участников, чтобы они хорошо видели и слышали руководителя. При этом играющие должны стоять спиной к источнику света.

– **Объяснение игры.** Оно должно быть кратким и логичным:

- а) название игры,
- б) роль играющих и их места расположения,
- в) ход игры,
- г) цель,
- д) правила.

– **Выделение водящих.** Делать это можно разными способами:

- а) по назначению руководителя,
- б) по жребью,
- в) по выбору играющих.

– **Распределение на команды, выбор капитанов команд.**

– **Выделение помощников.** Помощники, выбранные руководителем (это могут быть дети, по каким-либо причинам не участвующие в игре), наблюдают за соблюдением правил, учитывают результаты игры, а также раздают и расставляют инвентарь.

3 этап. Руководство процессом игры.

– **Ход игры и поведение играющих.** Игра начинается по условному сигналу. Детям сложно сразу запомнить все правила игры (особенно если они играют в нее впервые), поэтому в процессе игры нужно напоминать им о них. Если большинство играющих допускают одинаковую ошибку, руководитель останавливает игру и вносит поправки.

– **Судейство.** Судья должен найти удобное для наблюдения место, чтобы видеть всех играющих и не мешать им. Заметив нарушение правил, судья своевременно и отчетливо подает сигнал. Он делает замечания, не вступая в споры с играющими. Замечания и разъяснения, касающиеся судейства, надо делать по окончании игры.

– **Дозировка нагрузки в процессе игры.** Интенсивные нагрузки необходимо чередовать с отдыхом. Надо также учитывать, что с повышением эмоционального состояния нагрузка на играющих в игре возрастает. Для регулирования нагрузки можно применять кратковременные перерывы, увеличивать или уменьшать размеры площадки, удлинять дистанции пробежек, разделять играющих на большее количество подгрупп, увеличивать количество инвентаря в игре.

– **Окончание игры.** Руководителю необходимо закончить игру, когда дети еще не переутомились и проявляют к ней интерес. Он формирует группы детей и организует уборку инвентаря.

4 этап. Подведение итогов игры.

– **Определение результатов.** При определении результатов игры учитывается не только быстрота, но и качество выполнения того или иного задания.

– **Разбор игры.** При разборе уточняются детали игры, улаживаются конфликты. Разбор помогает руководителю понять, насколько усвоена игра, что играющим понравилось и над чем надо еще работать в дальнейшем.

¹ В целях обеспечения мер санитарно-эпидемиологического благополучия обучающихся в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» рекомендуется максимально использовать ресурсы организаций дополнительного образования детей, физической культуры и спорта, культуры (подготовка и участие детей в муниципальных, региональных конкурсах, соревнованиях).