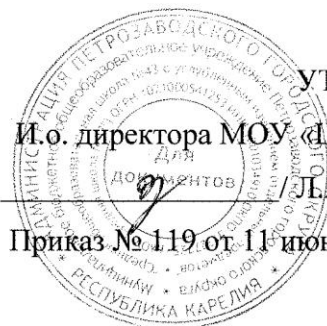


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа «Средняя общеобразовательная школа № 43
с углубленным изучением отдельных предметов»**



УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МОУ «Школа № 43»
Л.А. Харичева/
Приказ № 119 от 11 июня 2021 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Подвижные игры»
2 - 4 кл
(направление: спортивно-оздоровительное)**

Разработана учителями физической культуры

Пояснительная записка

1. Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры», составленная в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 года № 373 (в редакции приказов Министерства образования и науки РФ № 1643 от 29.12.2014 года, № 1576 от 31.12.2015 года), на основе ООП НОО, на основе примерных программ внеурочной деятельности, с учетом образовательных запросов, потребностей и интересов участников образовательного процесса.

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.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МОУ Петрозаводской средней общеобразовательной школе №43.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребенка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Рабочая программа внеурочной деятельности направлена на достижение следующих результатов:

- **Личностными результатами** программы «Подвижные игры» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

- **Метапредметными результатами** программы по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- 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;
- осуществлять взаимный контроль.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, 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:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- ✓ двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- ✓ развитие физических способностей;
- ✓ освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- ✓ развитие психических и нравственных качеств;
- ✓ повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- ✓ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- ✓

1. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;

- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

2. Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- викторины;
- конкурсы;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «**Подвижные игры**» составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся начальной школы, состоит из трёх разделов, рассчитана на проведение 1 час в неделю, 34 часа в год (для 2-4 классов).

1. Введение

Инструктаж по правилам безопасного поведения детей в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.

Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.

2. Игры на совершенствование навыков бега

«Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «У медведя во бору», «Палочка-выручалочка», «Филин и птички», «Фанты», «Краски», «Горелки», «Кот и мышь», «Пятнашки», «К своим флажкам», «Ловишка в кругу».

3. Игры на совершенствование навыков в прыжках

«Прыгающие воробушки», «Коршун», «Волк во рву», «Два мороза», «Заяц без логова». «Птицелов», «Шлепанки».

4. Игры на совершенствование метаний на дальность и точность

«Кто дальше бросит», «Метко в цель», «Точный расчет», «Лапта», «Блуждающий мяч», «Шар», «Выгони мяч», «Гонка мяча по улице».

5. Спортивный калейдоскоп

приобщает детей к миру спорта, это своеобразный экскурс в баскетбол, волейбол, футбол.

Игры: «Удочка», «Передал – садись», «Лошадки», «Бросай – поймай», «Выстрел в небо», «Точная передача», «Мяч в ворота», «Мячик кверху», «Большой мяч».

6. Итоговые занятия.

Комплексные эстафеты объединяют все изученные игры и новые:

«Ляпка», «Заря», «Игровая», «Гуси», «Пчелки и ласточка», «Волк», «Стадо», «Котлы».

Календарно – тематическое планирование 2 класс

Дата	№	Тема	Кол-во часов	Содержание	Результаты
		I Введение. Инструкция по ТБ.		1	
II Игры на закрепление и совершенствование навыков бега и развития скоростных способностей (8 часов)					
	2	«Салки».	1	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Разучивание игр на совершенствование техники бега. Разучивание считалок. Отработка правил выбора водящего.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности.
	3	«Догони меня».	1		
	4	«Вызов номеров».	1		
	5	«День и ночь».	1		
	6	«Волк во рву».	1		
	7	«Горелки».	1		
	8	«Быстрее по местам».	1		
	9	«Удочка».	1		
III Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (7 часов)					
	10	«Не намочи ног».	1	Проявлять выносливость. Излагать правила и условия проведения подвижной игры. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать технику прыжковых упражнений.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности.
	11	«Охотники и утки».	1		
	12	«Пятнашки».	1		
	13	«Вышибалы».	1		
	14	«Пчёлки».	1		
	15	«Пустое место».	1		
	16	«Совушка».	1		
IV Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (8 часов)					
	17	«Подвижная цель».	1	Проявлять координацию при выполнении упражнений.	Освоить упражнения на внимание.
	18	«Попади в цель».	1		
	19	«Два мороза».	1		
	20	«Белые медведи».	1		
	21	«Охотники и утки».	1		
	22	«Рыбаки и рыбки».	1		
	23	«Бросай – беги».	1		
	24	«Казачьи разбойники».	1		
V Спортивный калейдоскоп (Подвижные игры на каждом занятии) (5 часов)					
	25	«Сокол и мыши».	1	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время подвижных игр.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности. Развивать
	26	«Быстрая передача».	1		
	27	«Мяч среднему», «Мяч соседу».	1		
	28	«Зайцы в огороде».	1		
	29	«Подвижная цель».	1		

					физические качества.
VI Итоговые занятия (5 часов)					
	30	«Зайцы, сторож и Жучка».	1	Организовывать и проводить соревнования по футболу среди одноклассников. Развивать физические качества. Проявлять выдержку во взаимоотношениях со сверстниками во время подвижных игр.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности при игре на спортивной площадке.
	31	«Снайперы».	1		
	32	«Играй, мяч не теряй».	1		
	33	«Запрещённое движение».	1		
	34	Весёлые старты. Итоговое занятие.	1		

Календарно – тематическое планирование 3 класс

Дата	№	Тема	Кол-во часов	Содержание	Результаты
I Введение. Инструкция по ТБ.			1		
II Игры на закрепление и совершенствование навыков бега и развития скоростных способностей (8 часов)					
	2	«Караси и щука».	1	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Разучивание игр на совершенствование техники бега. Разучивание считалок. Отработка правил выбора водящего.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности.
	3	«Кружева».	1		
	4	«Космонавты».	1		
	5	«Третий лишний».	1		
	6	«Вороны и воробьи».	1		
	7	«Свободное место».	1		
	8	«Шишки, желуди, орехи».	1		
	9	«Птицы, блохи, пауки».	1		
III Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (7 часов)					
	10	«Пустое место».	1	Проявлять выносливость. Излагать правила и условия проведения подвижной игры. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать технику прыжковых упражнений.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности.
	11	«Белые медведи».	1		
	12	«Космонавты».	1		
	13	«Прыжки по полосам».	1		
	14	«Волк во рву».	1		
	15	«Удочка».	1		
	16	«Пятнашки».	1		
IV Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (8 часов)					
	17	«Мяч в кругу».	1	Проявлять координацию при выполнении упражнений.	Освоить упражнения на внимание.
	18	«Докати до стены».	1		
	19	«Закати мяч».	1		
	20	«Мяч навстречу мячу».	1		
	21	«Поймай отскочивший мяч».	1		
	22	«Мяч в горку - об стену - с горки».	1		
	23	«В бильярд мячом».	1		
	24	«Передай мяч».	1		
V Спортивный калейдоскоп (Подвижные игры на каждом занятии) (5 часов)					
	25	«Холодно - горячо».	1	Направление на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и	Слушать и понимать речь других людей. Совместно договариваться о правилах общения с
	26	«Слепой и зрячий».	1		
	27	«Отгадай, кто подходил?».	1		
	28	Викторина «В мире спорта».	1		
	29	«День и ночь».	1		

				физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.	одноклассниками и учителем.
VI Итоговые занятия (5 часов)					
	30	«Зайцы, сторож и Жучка».	1	Организовывать и проводить соревнования по футболу среди одноклассников. Развивать физические качества. Проявлять выдержку во взаимоотношениях со сверстниками во время подвижных игр.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности при игре на спортивной площадке.
	31	«Снайперы».	1		
	32	«Играй, мяч не теряй».	1		
	33	«Запрещённое движение».	1		
	34	Весёлые старты. Итоговое занятие.	1		

Календарно – тематическое планирование 4 класс

Дата	№	Тема	Кол-во часов	Содержание	Результаты
		I Введение. Инструкция по ТБ.		1	
II Русские народные игры (16 часов)					
	2	«Волки во рву».	1	Направление на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.	Слушать и понимать речь других людей. Совместно договариваться о правилах общения с одноклассниками и учителем.
	3	«Два Мороза».	1		
	4	«Караси и щука».	1		
	5	«Космонавты».	1		
	6	«Лиса и куры».	1		
	7	«Эстафета зверей».	1		
	8	«Гуси - лебеди».	1		
	9	«Альпинисты».	1		
	10	«Шишки, жёлуди, орехи».	1		
	11	«Метко в цель».	1		
	12	«Попади в мяч».	1		
	13	«Белые медведи».	1		
	14	«Караси и щука».	1		
	15	«Мяч на полу».	1		
	16	«На рыбалке».	1		
	17	«Паровозик».	1		
Игры различных народов (10 часов)					
	18	«Команда быстроногих».	1	Проявлять координацию при выполнении упражнений.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности.
	19	«Море волнуется».	1		
	20	«Передача мячей в колоннах».	1		
	21	«Кто дальше бросит?».	1		
	22	«Лиса и куры».	1		
	23	«Вызов номеров».	1		
	24	«Дружные салки».	1		
	25	«Мышеловка».	1		
	26	«Метко в цель».	1		
	27	«Кот и мыши».	1		
Подвижные игры (8 часов)					
	28	«Шаг за шагом».	1	Проявлять выносливость. Излагать правила и условия проведения подвижной игры. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Соблюдать дисциплину и правила безопасности.
	29	«Пятнашки».	1		
	30	«Поймай воробышка».	1		
	31	«По порядку номеров».	1		
	32	«Выбей мяч».	1		
	33	«Скорее в круг».	1		
	34	«Гори, гори ясно».	1		

Список литературы:

- Т.И. Линго «Игры, ребусы, загадки для младших школьников»/ Ярославль, «Академия развития» 1998г
- Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.
- С. Глязер, Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
- М.Н. Жуков, Подвижные игры. – М., 2000
- М.Н. Железняк, Спортивные игры. – М., 2001
- М.Ф. Литвинов, Русские народные подвижные игры. – М., 1986
- В.И. Ковалько “Поурочные разработки по физкультуре” /ВАКО, Москва, 2003/
- Е.А. Каралашвили “Физкультурная минутка” .Динамические упражнения для детей 6-10 лет. /Творческий центр “Сфера”Москва, 2002/