

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №88 с кадетскими классами»

Принято:
на заседании
педагогического совета
протокол № 12 от 22.08.2024

Утверждаю:
Директор школы
приказ №510 -осн от 22.08.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры»
для обучающихся 2 – 4 классов

Составитель: Вайц Роман Николаевич,
Липовцева Татьяна Васильевна
учителя физической культуры

г. Барнаул, 2024

Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2011 г.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокие ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего развитию мышления детей и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адапционных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При ранних занятиях ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» в 2-4 классе отводится 34 часа в год; 1 ч в неделю.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового образа жизни;
5. развитие самостоятельности и творческую инициативы младших школьников, содействие успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
6. формирование системы нравственных общечеловеческих ценностей.

Методическая особенность программы:

Отличительной особенностью программы является увеличение объема (количества часов) на изучение подвижных игр.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Подвижные игры – одно из самых любимых занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели.

Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование подвижных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Ожидаемые результаты во 2-4 классе:

Личностные результаты

- 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.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
распределение количества часов
2-4 класс

№ п/п	Тема раздела	Количество теории	Часов практики
1	Техника безопасности	6	-
2	Беседы	3	-
3	Игры	-	25
Итого		34 часов	

Содержание тем учебного курса
2-4 класса

Техника безопасности - 6 часов

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима-лето». ТБ при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».

ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву». ТБ при подвижных играх «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».

Беседы - 3 часа

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

Игры - 59 часов

«К своим флажкам», «Запрещенные движения», «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам», «Фигуры», «Флюгер», «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики», «Кот идет», «Товарищ командир», «Не ошибись», «Беги и собирай», «Берегись, Буратино», «Жмурки», «Дети и медведь», «Гуси - лебеди», «Зима - лето», «Космонавты», «Пчелки», «Красная шапочка», «Кот идет», «Птица без гнезда», «Быстро по местам», «Ловишки», «Карлики и великаны», «Зайцы, сторож и жучка», «Колдунчики», «Через ручеек», «Стая», «Летучие рыбки», «Пчелы и медвежата», «Проведи», «Светофор», «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи», «Волк во рву», «Пустое место», «Воробушки», «Летает - не летает», «Статуя», «День и ночь», «Воробьи и вороны», «Салки выручали», «Гуси и волк», «Пчелки», «Мы веселые ребята», «Попади снежком в цель», веселые эстафеты с мячами, игры на свежем воздухе, веселые старты с баскетбольными мячами, игры с мячом и обручем, игры со скакалками, веселые эстафеты с предметами, полоса препятствий.

**Календарно – тематическое планирование
2-4 класс**

№ п/п	Содержание занятий
1.	Вводное занятие. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.
2.	Игра «Пчелки»
3.	Эстафеты с предметами.
4.	Игра «Пустое место»
5.	Беседа «Личная гигиена». Закрепление и совершенствование навыков бега. Игра «Воробьи и вороны»
6.	Игра «Быстро по местам».
7.	Игра «Ловишки»
8.	ТБ при подвижных играх. Игра «Пятнашки»
9.	Игра «Пятнашки»
10.	Игра «Пчелки».
11.	Игра «Через ручеек»
12.	Беседа: «Твой организм». Игра «Кот проснулся»
13.	ТБ при подвижных играх. Игра «Космонавты».
14.	Игра «Быстро по местам».
15.	Игра «Летучие рыбки».
16.	Игра «Пчелы и медвежата».
17.	Игра «Пчелки».
18.	Игра «Гуси – лебеди».
19.	Игра «Хитрая лиса».
20.	Игра «Шишки, желуди, орехи».
21.	Игра «Волк во рву».
22.	Беседа «Закаливание организма». Игра «Кошки мышки».
23.	Игра «Воробушки»
24.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе.
25.	Игра «Кот идет».
26.	Игра «День и ночь».
27.	Игра «Воробьи и вороны».
28.	ТБ при подвижных играх. Игра «Пустое место».
29.	Игра «Колдунчик».
30.	Игра «Гуси и волк».
31.	Игра «Пчелки».
32.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «Волк во рву».
33.	Соревнования между классами
34.	Беседа «Где можно и где нельзя играть летом». Игры на свежем воздухе.

Список литературы:

1. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. М. «Физкультура спорт» 2000г.
2. Ж. К. Холодов. В. С. Кузнецов Теория и методика физического воспитания и спорта. М. «Академия» 2003г.
3. Н.Г. Соколова Практическое руководство по детской лечебной физкультуре. Ростов-на-Дону. «Феникс» 2007г.
4. В. И. Лях Мой друг физкультура. М. «Просвещение» 2006г.