

**Третий Цветовский филиал  
муниципального бюджетного образовательного учреждения «Новопоселёновская средняя общеобразовательная школа»  
Курского района Курской области**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО учителей начальных классов

\_\_\_\_\_

Костина Н.В.  
Протокол №5 от «28» июня 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель педагогического совета

\_\_\_\_\_

Капленкова Н.П.  
Протокол №12 от «29» июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

\_\_\_\_\_

Якунин В.В.  
Приказ №1-106 от «30» июня 2023 г.

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»**

**1 класс**

**Воронина Светлана Ивановна**

учитель начальных классов

высшая квалификационная категория

**2022-2023 учебный год**

д.1-е Цветово

## Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны младшему школьнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.

**Цель программы:** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

### **Задачи программы**

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий
- Расширение кругозора младших школьников
- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности
- Воспитание чувства коллективизма

- Формирование установки на здоровый образ жизни
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Программа внеурочной деятельности рассчитана на один год обучения, 33 учебных часа (1 час в неделю).

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» в 1 классе**

#### **Личностные результаты:**

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **Регулятивные:**

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;

- оценка 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:***

- 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:***

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- 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;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

**Предметные результаты:**

- 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.

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;

**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.

*Содержание курса внеурочной деятельности*

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов, тем</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма организации</b>	<b>Виды деятельности</b>
1	«Вороны и воробьи»	1	Бессюжетные игры	Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличием правил, ответственных ролей, взаимосвязанных игровых действий всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в
2	« Ловишки - перебежки»	1		
3	«Паровозик»	1		
4	«Белые медведи»	1		
5	«На одной ноге»	1		

6	«Петушиный бой»	1		играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бег, ловля, прятание.
7	«Веселый бег»	1		
8	«Попади в след»	1		
9	Игры по выбору	1		
10	«Охота на тигра»	1	Игры-забавы	Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)
11	«Донести рыбку»	1		
12	«Черепашка-путешественница»	1		
13	«Собери орехи»	1		
14	«Повяжу я шелковый платочек»	1		
15	«Дриблинг»	1		
16	«Пролезь сквозь мешок»	1		
17	Русская народная игра «Краски»	1	Народные игры	Народные игры являются неотъемлемой частью

18	Русская народная игра «Стадо»	1		интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.
19	Таджикская народная игра «Горный козел»	1		
20	Украинская народная игра «Хлебец»	1		
21	Чеченская народная игра «Игра в башню»	1		
22	Дагестанская народная игра «Достань шапку»	1		
23	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	1		
24	Казахская народная игра «Конное состязание»	1		
25	«Увернись от мяча»	1	Любимые игры детей	Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой
26	«Сильный бросок»	1		
27	«Космонавты»	1		
28	«Второй лишний»	1		
29	«Два мороза»	1		

30	«Большой мяч»	1		ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.
31	«Шлепанки»	1		
32	«Прятки»	1		
33	«Из круга выбивало»	1		
34	Игры по выбору			

**Календарно-тематический план**

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Название раздела и темы	Количество часов
			<b>I. Бессюжетные игры</b>	<b>9</b>
1			«Вороны и воробьи»	1

2			«Ловишки - перебежки»	1
3			«Паровозик»	1
4			«Белые медведи»	1
5			«На одной ноге»	1
6			«Петушинный бой»	1
7			«Веселый бег»	1
8			«Попади в след»	1
9			Игры по выбору	1
			<b>І І. Игры-забавы</b>	<b>7</b>
10			«Охота на тигра»	1
11			«Донести рыбку»	1
12			«Черепашка-путешественница»	1
13			«Собери орехи»	1
14			«Повяжу я шелковый платочек»	1

15			«Дриблинг»	1
16			«Пролезь сквозь мешок»	1
			<b>III . Народные игры</b>	<b>8</b>
17			Русская народная игра «Краски»	1
18			Русская народная игра «Стадо»	1
19			Марийская народная игра «Горный козел»	1
20			Якутская народная игра «Хлебец»	1
21			Чеченская народная игра «Игра в башню»	1
22			Дагестанская народная игра «Достань шапку»	1
23			Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	1
24			Татарская народная игра «Конное состязание»	1
			<b>VI. Любимые игры детей</b>	<b>10</b>
25			«Увернись от мяча»	1

26			«Сильный бросок»	1
27			«Космонавты»	1
28			«Второй лишний»	1
29			«Два мороза»	1
30			«Большой мяч»	1
31			«Шлепанки»	1
32			«Прятки»	1
33			«Из круга выбивало»	1
34			Игры по выбору	1