

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 72»
Ленинского района г.Саратова**

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО

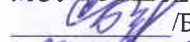
 /Тетерина Е.Н./

Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УР (ВР,НМР)

МОУ «СОШ № 72»

 /Буряк С.Ю./
«30» августа 2023 г.

«Утверждено»

Директор МОУ «СОШ № 72»

 /Артемова Т.С./

Приказ № 354
от «31» августа 2023 г.



Рассмотрено на заседании
педагогического совета

Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа
кружка Подвижные игры**

Разработана: Следковой О.В.,
учителем физической культуры

Разработана на основе (Рабочая программа
«Физическая культура 1-4 классы»,
А.П. Матвеев; Москва «Просвещение», 2019г.)

Срок реализации программы:

**2023-2024
учебный год**

Пояснительная записка к рабочей программе Подвижные игры.

Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, игры имеют огромное значение для духовно-нравственного воспитания так, как знакомят с определенными правилами, и учат в жизни следовать определенным правилам. Проведение подвижных игр на улице будет нести в себе дополнительный оздоровительный эффект. Таким образом, программа направлена на укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности, духовное совершенствование личности учащегося начальной школы и расширение его коммуникативных навыков.

Целью рабочей программы является совершенствование двигательных умений и навыков младших школьников посредством подвижных и спортивных игр.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих **основных задач**:

образовательные:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми различной направленности;
- обучить правилам различных подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

развивающие:

- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- приспособляться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;
- проявлять инициативу;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, меткость, координацию;
- увеличивать функциональные возможности организма.

воспитательные:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника. Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которой дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр.

В практическую часть программы помимо подвижных игр, входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются. При

проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

Место данного курса.

На занятия общей физической подготовки отводится 1 час в неделю (34 часа; 34 учебных недель).

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы Подвижные игры

Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий: познавательных, личностных, регулятивных, коммуникативных. Программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на улице» 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 освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на улице» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД: - Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

-Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

-Находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления.

-Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности.

-Организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр.

-Планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности

-Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД: -Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

-Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы.

-Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.

-Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели.

Коммуникативные УУД: -Умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

-Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

-Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.

-Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в больших и малых группах.

-Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.

-Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

-планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг.

-представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

-оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.

-организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.

-бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.

-организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью.

-характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр.

-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.

-подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр.

-применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

Содержание программного материала

Подвижные игры являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности учащегося, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественно порядка. Достижение этих задач в большей мере зависит от умелой организации и соблюдения методических требований к проведению, нежели к собственному содержанию игр.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

С помощью игр закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование, прежде всего, естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений

(ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми.

В результате обучения учащиеся должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Обязательными условиями построения занятий по подвижным играм (в особенности с мячами) являются четкая организация и разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений педагога; обеспечение преемственности при освоении новых упражнений.

Введение. Основы знаний общей физической подготовки (1 час). Знания о сформированности того или иного двигательного навыка, позволяют учителю предложить на занятии ученикам посильные задания, с тем чтобы избежать травм, переутомлений и других нежелательных последствий. Особое внимание уделяется вопросам личной гигиены и спортивной терминологии.

Подвижные игры на развитие внимательности. (3 час).

Иголка, нитка, узелок.

Шишки, жёлуди, орехи.

Потопали-похлопали.

Три, тринадцать, тридцать.

Зеркало.

Не пропусти хлопок.

Подвижные игры на развитие координации движений. (5 часа).

Цапля.

Передал-садись.

Следы.

Птички-невелички.

Тройка.

Море волнуется.

Удочка.

Канатоходец.

Скворечники.

По кочкам.

Подвижные игры на развитие скоростных способностей. (9 часа).

Вызов номеров.

Третий лишний.

Быстро по местам.

Запятнай притоптывающего.

Гонка мячей.

К своим флажкам.

Два мороза.

Салки-догонялки.

Охотники и утки.

Веселые старты.

Кот и мыши.

Вызов номеров.

Светофор.

Подвижные игры на развитие меткости (3 час).

Точно в цель.

Вышибалы.

Лунки и камешки.

Сходу – в цель.
Попади в корзинку.
Перестрелка.

Подвижные игры на развитие общей выносливости. (2 часа).

Скакалки.
Кенгуру.
Ссалки.
Охотник.

Подвижные игры на развитие скоростной выносливости. (3 часа).

Бездомный заяц.
Всадники.
Репка.
Пустое место.

Подвижные игры на развитие взрывной силы. (2 часа).

Прыгающие воробушки.
Зайцы в огороде.
Повторяй за мной.
Бульдожка.
Смена мест.
Прыжки с препятствиями.

Подвижные игры на развитие силовых способностей (3 часа).

Вытолкни из круга.
Тяни в круг.
Петушиный бой.
Кто сильнее?
Паучки.

Эстафеты (3 часа).

Эстафеты с предметами и без предметов.
Беговые и прыжковые эстафеты.

Тематическое планирование

№ п / п	Разделы	Кол-во часов		
		Всего	Теоретич.	Практич.
1	Введение. Основы знаний общей физической подготовки.	1	1	-
2	Подвижные игры на развитие внимательности.	3	-	3
3	Подвижные игры на развитие координации движений.	5	-	5
4	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	9	-	9
5	Подвижные игры на развитие меткости	3	-	3
6	Подвижные игры на развитие общей выносливости.	2	-	2
7	Подвижные игры на развитие скоростной выносливости.	3	-	3
8	Подвижные игры на развитие взрывной силы.	2	-	2
9	Подвижные игры на развитие силовых способностей.	3	-	3
10	Эстафеты	3	-	3
	Итого:	34	1	33

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата
1	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Подвижные игры на развитие внимательности.	1 час	509
2	Влияние физических упражнений на организм школьника. Подвижные игры на развитие внимательности.	1 час	1209
3	Спортивная одежда и обувь. Подвижные игры на развитие внимательности.	1 час	1909
4	Подвижные игры на развитие координации движений.	1 час	2609
5	Подвижные игры на развитие координации движений.	1 час	310
6	Вода и питьевой режим. Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	1010
7	Личная гигиена. Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	1710
8	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	2410
9	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	711
10	Подвижные игры на развитие координации движений и внимательности.	1 час	1411
11	Подвижные игры на развитие координации движений и внимательности.	1 час	2111
12	Подвижные игры на развитие меткости и внимательности.	1 час	2811
13	Подвижные игры на развитие меткости и внимательности.	1 час	512
14	Подвижные игры на развитие меткости и скоростных способностей.	1 час	1212
15	Подвижные игры на развитие меткости и скоростных способностей.	1 час	1912
16	Подвижные игры на развитие общей выносливости.	1 час	2612
17	Подвижные игры на развитие общей выносливости.	1 час	901

18	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	1601
19	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	2301
20	Подвижные игры на развитие скоростной выносливости.	1 час	3001
21	Подвижные игры на развитие скоростной выносливости.	1 час	602
22	Подвижные игры на развитие взрывной силы.	1 час	1302
23	Подвижные игры на развитие взрывной силы.	1 час	2002
24	Подвижные игры на развитие координации движений.	1 час	2702
25	Подвижные игры на развитие силовых способностей.	1 час	503
26	Подвижные игры на развитие силовых способностей.	1 час	1203
27	Подвижные игры на развитие координации движений и меткости.	1 час	1903
28	Эстафеты.	1 час	204
29	Эстафеты.	1 час	904
30	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	1604
31	Подвижные игры на развитие скоростных способностей.	1 час	2304
32	Подвижные игры на развитие силовых способностей.	1 час	705
33	Эстафеты.	1 час	1405
34	Подвижные игры на развитие скоростных способностей и внимательности.	1 час	2105

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

Текущая проверка возможна при проведении каждой игры. По итогам изучения каждого раздела проводится итоговое занятие в форме эстафеты, игры, соревнований. Это позволяет увидеть, насколько ученики научились играть, как они способны в разнообразной игровой обстановке применять умения и навыки в естественных видах движений. Оцениваются: - знание правил игры и умение соблюдать их в её процессе; 11 - умение целесообразно и согласованно действовать в игре; - умение использовать в определённых игровых ситуациях знакомые двигательные действия. Перечисленные умения оцениваются с учётом допускаемых ошибок. Условно их разделяют на: мелкие и существенные. К мелким можно отнести ошибки, связанные с небольшими отклонениями от целесообразного использования двигательных действий, но не оказывающие явно отрицательного влияния на результат игровых действий; пассивность ученика во взаимодействиях с другими играющими, нарушение второстепенных правил игры. Существенными ошибками можно считать нецелесообразное применение двигательных действий, которые нарушают, искажают ход игры или не соответствуют требованиям этики игры; несогласованность взаимодействий играющих; преимущественно игра на себя; незнание или нарушение основных правил. По окончании курса проводится итоговая аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания по изученным подвижным играм, разработанные в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой. Программа предполагает самостоятельную игровую деятельность учащихся, направленную на организацию и проведение соревнований и праздников по играм внутри класса, подвижных перемен, внутришкольных мероприятий с включением подвижных игр, где организаторами будут сами учащиеся. Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

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

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

- основные вопросы гигиены;
- особенности влияния внешних факторов на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- общепринятые правила в игре, в семье, в школе, в общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

уметь:

- организовывать себя во время игры;
- соблюдать правила игры;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- находить выход из сложившейся ситуации;
- принимать разумные решения во время игры;

- адекватно оценивать себя;
- выбирать правильные решения для блага команды;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

Список литературы

1. Добрынин, Н.Ф. Возрастная психология [Текст]: Курс лекций / Н.Ф. Добрынин, А.М. Бардиан, Н.В. Лаврова. - М.: Просвещение, 2014. - 294с.
2. Карасёв А.В. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств / под общей ред. А.В. Карасёва. М.: Лептос, 2004. 368 с.
3. Ушакова Е.В.: Подвижные игры. - Белгород: БелГУ, 2011.
4. Спирин М.П.: Подвижные игры: теория, понятия, методика проведения. - Белгород: Политера, 2010
5. А.Ю. Патрикеев: Подвижные игры: 1-4 классы. - М.: ВАКО, 2007
6. Петрусинский В.В.: Искусство общения в играх. - М.: Владос, 2007