

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя школа с углубленным изучением отдельных предметов пгт Санчурск»

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для 1 класса
на 2023 – 2024 учебный год

Санчурск

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности. Программа внеурочной деятельности младших школьников «Подвижные игры» составлена на основе программы Г.А. Ворониной и реализует спортивно – оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 1 классе в рамках федерального государственного образовательного стандарта общего образования второго поколения, (М., Просвещение, 2022г.).

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

Основными задачами являются:

- укрепление здоровья обучающихся 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 детей;
- 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;

Общая характеристика программы «Подвижные игры»

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.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение

алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Содержание программы включает в себя четыре раздела: 1. Общая физическая подготовка
2. Специальная подготовка. 3. Основы знаний. 4. Соревнования.

Программа в 1 классе рассчитана на 33 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 30 минут.

Форма проведения – занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него

1. Планируемые результаты изучаемого курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностными результатами

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
 - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
 - проговаривать последовательность действий во время занятия;
 - учиться работать по определенному алгоритму
- Познавательные УУД:
 - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- Коммуникативные УУД:
 - планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

2. Содержание программы с указанием форм организации и видов деятельности

| № п/п | Разделы | Формы организации | Характеристика основных видов деятельности обучающихся |
|-------|----------------------------------|--|--|
| 1 | Игры с бегом (6 часов) | Беседа Игровая Познавательная Практикум | Обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр. |
| 2 | Игры с мячом (5 часов) | Беседа Игровая Познавательная Практикум | Понимать разницу в задачах физической культуры и спорта; |
| 3 | Игра с прыжками (5 часов). | Беседа Игровая Познавательная | Определять и кратко характеризовать понятие «Здоровый образ жизни»; |
| 4 | Игры малой подвижности (4 часа). | Беседа Игровая Познавательная | Уметь составлять распорядок дня; |
| 5 | Зимние забавы (4 часа) | Беседа | Определять и кратко характеризовать |

| | | | |
|---|-------------------------|--|--|
| | | Игровая Познавательная Тестирование Практикум | понятие «Здоровый образ жизни»; |
| 6 | Эстафеты (4 часа) | Беседа Игровая Познавательная | Составлять индивидуальный распорядок дня; |
| 7 | Народные игры (5 часов) | Беседа Игровая Познавательная | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; |

3. Тематическое планирование

| № | Тема занятия | Дата | |
|----|---------------------------|------|------|
| | | План | Факт |
| 1 | Мир движений. | | |
| 2 | Красивая осанка. | | |
| 3 | Учись быстрее и ловкости. | | |
| 4 | Сила нужна каждому. | | |
| 5 | Ловкий. Гибкий. | | |
| 6 | Весёлая скакалка. | | |
| 7 | Сила нужна каждому. | | |
| 8 | Развитие быстроты. | | |
| 9 | Кто быстрее? | | |
| 10 | Скакалочка- выручалочка | | |

| | | | |
|----|---|--|--|
| 11 | Ловкая и коварная гимнастическая палка. | | |
| 12 | Команда быстроногих «Гуси – лебеди». | | |
| 13 | Выбираем бег. | | |
| 14 | Метко в цель. | | |
| 15 | Путешествие по островам. | | |
| 16 | Развиваем точность движений | | |
| 17 | Эстафеты с мячами. | | |
| 18 | Броски мяча снизу в кольцо. | | |
| 19 | Эстафеты с мячами. | | |
| 20 | Команда быстроногих | | |
| 21 | Выбираем бег | | |
| 22 | Броски мяча снизу в кольцо. | | |
| 23 | Эстафеты с мячами | | |
| 24 | Выбираем бег. | | |
| 25 | Метко в цель | | |
| 26 | Удивительная пальчиковая гимнастика | | |
| 27 | Развитие скоростных качеств | | |
| 28 | Развитие выносливости | | |
| 29 | Развитие реакции | | |
| 30 | «Удочка». | | |
| 31 | Прыжок за прыжком. | | |
| 32 | Мир движений и здоровья. | | |
| 33 | Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми | | |

Список литературы.

1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
3. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
4. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
6. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-
7. Е.М.Геллер. Игры на переменах для школьников 1-3 кл.М. Физкультура и спорт.2008 г
8. В.Г. Яковлев , В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 2007г.
9. Г.А. Воронина . Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников. Киров, КИПК и ПРО , 2007 г.
10. Ресурсы Интернета