

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 р.п. Новая Майна
Муниципального образования «Мелекесский район»
Ульяновской области»

РАССМОТРЕНО
На заседании методического
объединения
Руководитель МО
 И.А.Лыдова

Протокол № 1
от «30» августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
М.В.Кокрянкина

«01» сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «СП № 2
р.п. Новая Майна»
 М.А.Сутягин
Приказ № 132(о)
От «01» сентября 2022 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

Наименование: ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ
Направление: СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ
Возраст детей: 6-7 ЛЕТ
Учитель: ШИГАРОВА О.А.
Срок реализации программы: 2022-2023 уч. год

р.п. Новая Майна
2022

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Образовательная программа НОО МБОУ «СШ № 2 р. п. Новая Майна»
2. План внеурочной деятельности МБОУ СШ №2 р. п. Новая Майна на 2022-2023 учебный год
3. Приказ МБОУ «Средняя школа №2 р. п. Новая Майна» МО «Мелекесский район» Ульяновской области» №131 (о) от 01.09.2022г.

Согласно плану внеурочной деятельности школы программа рассчитана на 33 учебные недели; по 2 часа в неделю; 66 часов за год.

Содержание программы «Подвижные игры» соответствует следующим **целям**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» позволяет решать следующие **задачи**:

1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- пропаганды здорового образа жизни;
- формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:
 - а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),
 - б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений .

2. Обучение:

- обучение осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 класс (66 ч)

Теоретический раздел (12ч)

Беседы на темы: «Что такое здоровый образ жизни?» Правила безопасного поведения

во время подвижных игр. + Инструктаж по ТБ, «Мир движений и здоровье», «Чтоб здоровыми остаться надо...», «Красивая осанка», «Я сильный, ловкий, быстрый», «Утренняя гимнастика», «Полезные и вредные привычки», «Витамины – укрепляют организм», «Откуда берется грипп?», правила игр.

Практический раздел (54ч)

Русские народные игры (14 ч)

«Жмурки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Салки с приседаниями», «Волк во рву», «Краски», «Ляпка», «Пятнашки», «Третий лишний», «Жмурки», «Пустое место», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки».

Подвижные игры (17 ч)

«Запрещённое движение», «Подвижная цель», «Кот и мыши», "Быстрые санки" "На ледяной дорожке," "Меткие и быстрые", «Гус-лебеди», Игры с мячом, скакалкой, гимнастической палкой: «Веселые движения», игра на свежем воздухе "Ах, зимушка-зима игры со скакалкой, с мячом, урок-соревнование «Праздник здоровья и подвижной народной игры»,.

Игры народов России (13 ч)

Башкирская народная игра «Медный пень», Башкирская народная игра «Юрта», Дагестанская народная игра «Выбей из круга», Калмыцкая народная игра «Прятки», Карельская народная игра «Я есть!», Северо-Осетинская игра «Борьба за флажки», Удмуртская народная игра «Водяной», Удмуртская народная игра «Серый зайка», Мордовская игра «Котёл», Чувашская игра «Рыбки», Якутская народная игра «Пятнашки», Чечено-ингушская игра «Чиж»

Эстафеты (10 ч)

Эстафета с переноской предметов, эстафета «Передача мяча», эстафета «С мячом», эстафета «Вызов номеров», эстафета с обручем, эстафета «Весёлые старты», эстафета "Быстрые и ловкие», комбинированная эстафета.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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 учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Теоретический раздел	12
2	Практический раздел	54
2.1	<i>Русские народные игры</i>	14
2.2	<i>Подвижные игры</i>	17
2.3	<i>Игры народов России</i>	13
2.4	<i>Эстафеты</i>	10
	<i>Всего</i>	66

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Вводное занятие. Беседа «Что такое здоровый образ жизни?»	1		
2	Правила безопасного поведения во время подвижных игр. + Инструктаж по ТБ.	1		
3	Русская народная игра «Жмурки»	1		
4	Башкирская народная игра «Медный пенёк»	1		
5	Северо-Осетинская игра «Борьба за флажки»	1		
6	Игра «Гуси лебеди».	1		
7	Русская народная игра «Рыбаки и рыбки»	1		
8	Игра «Кот и мыши».	1		
9	Беседа: «Полезные и вредные привычки»	1		
10	Игры со скакалкой.	1		
11	Калмыцкая народная игра «Прятки»	1		
12	Комбинированная эстафета.	1		
13	Русская народная игра «Пятнашки»	1		
14	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1		
15	Башкирская народная игра «Юрта»	1		
16	Эстафета «С мячом»	1		
17	Чувашская игра «Рыбки»	1		
18	Русская народная игра «Фанты»	1		
19	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1		
20	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1		
21	Русская народная игра «Волк во рву»	1		

22	Эстафета с переноской предметов.	1		
23	Дагестанская народная игра «Выбей из круга»	1		
24	Игры с мячом, скакалкой, гимнастической палкой: «Веселые движения».	1		
25	Эстафета «Передача мяча».	1		
26	Беседа на тему: «Мир движений и здоровье».	1		
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!».	1		
28	Русская народная игра «Краски».	1		
29	Игры с мячом.	1		
30	Урок-соревнование «Праздник здоровья и подвижной народной игры»	1		
31	Удмуртская народная игра «Водяной»	1		
32	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1		
33	Эстафета «Весёлые старты»	1		
34	Русская народная игра «Пятнашки»	1		
35	Игра «Запрещённое движение».	1		
36	Беседа: «Откуда берется грипп?»	1		
37	Игра на свежем воздухе "Ах, зимушка-зима"	1		
38	Игра "Быстрые санки"	1		
39	Игра "На ледяной дорожке"	1		
40	Игра "Меткие и быстрые"	1		
41	Якутская народная игра «Пятнашки»	1		
42	Русская народная игра «Ляпка»	1		
43	Эстафета «Вызов номеров»	1		
44	Игра «Подвижная цель».	1		
45	Беседа на тему «Утренняя гимнастика».	1		
46	Игра «Мяч соседу».	1		

47	Русская народная игра «Третий лишний»	1		
48	Беседа на тему «Чтоб здоровыми остаться надо....».	1		
49	Русская народная игра «Жмурки»	1		
50	Эстафета с обручем	1		
51	Мордовская народная игра «Котел»	1		
52	Беседа на тему «Красивая осанка».	1		
53	Эстафета по кругу	1		
54	Русская народная игра «Пустое место»	1		
55	Эстафета «С мячом»	1		
56	Беседа на тему «Я сильный, ловкий, быстрый».	1		
57	Игра народов Коми «Стой, олень!»	1		
58	Северо-Осетинская игра «Борьба за флажки»	1		
59	Беседа на тему «Чтоб здоровыми остаться надо....».	1		
60	Русская народная игра «Рыбаки и рыбки»	1		
61	Игра «Кот и мыши».	1		
62	Беседа: «Полезные и вредные привычки»	1		
63	Мордовская народная игра «Круговой»	1		
64	Удмуртская народная игра «Серый зайка»	1		
65	Беседа «Витамины – укрепляют организм».	1		
66	Итоговые занятия «О, спорт, ты мир!»	1		

Список используемой литературы:

1. Газман О.С., Харитонова Н.Е. В школу – с игрой. Книга для учителя. Москва: «Просвещение», 1991
2. Ермолаев Е.А., Винникова Е.Е., Счастливая О.Э. Народные подвижные игры. Учебное пособие, Москва 1990 г.
3. Кенеман А.В.; под редакцией Осокиной Т.И.. – М: Просвещение, Детские подвижные игры разных народов.1988
4. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня: Пособие для учителя.- М: Просвещение, 1983.