

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение
средняя общеобразовательная школа №30 с. Романовка

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №30

с. Романовка

А.М. Назаренко

Приказ № 134 от 30.08.2022 г.



Рабочая программа

внеурочной деятельности

подвижные игры

Срок реализации программы: 4 года

Направление: спортивно-оздоровительное

Класс: 1

Количество часов: 33

Возраст: 6,5-11 лет

Педагог дополнительного образования: Назаренко Т. А.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №30 с. Романовка

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №30

с. Романовка

_____ А.М. Назаренко

Приказ № 134 от 30.08.2022 г.

Рабочая программа

внеурочной деятельности

подвижные игры

Срок реализации программы: 4 года

Направление: спортивно-оздоровительное

Класс: 1

Количество часов: 33

Возраст: 6,5-11 лет

Педагог дополнительного образования: Назаренко Т. А.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» (спортивно-оздоровительное направление) разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, в соответствии с Положением о рабочей программе учителя, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт.

Цели и задачи реализации программы:

Цель:

– содействие всестороннему и гармоничному развитию личности: крепкое здоровье, соответствующий уровень развития двигательных способностей и физического развития, необходимые знания и навыки в области физической культуры, мотивы и умения осуществлять физкультурно – оздоровительную и спортивную деятельность.

-формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

- способствовать возрождению традиций русской народной культуры через осознание роли народных игр в жизни людей;

-содействовать укреплению здоровья, разносторонней физической подготовленности, закаливанию растущего организма и профилактике заболеваний;

-прививать интерес и потребность к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом.

Возрастная группа обучающихся, на которых ориентированы занятия – 6-7 лет

Объём часов, отпущенных на занятия – 33 часа

2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Метапредметные универсальные учебные действия:

- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями, о факторах, влияющих на состояние здоровья;
- начнут осознанно использовать знания, при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр;

- приобретут основы знаний по культурно-историческому наследию русского народа.

- передавать знания о здоровье другим детям в виде совета или практической помощи;

- спланировать коллектив младших школьников;
- согласовывать свои действия с другими детьми;
- создавать благоприятный психологический климат.

регулятивными универсальными учебными действиями:

- применять установленные правила в играх;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- вносить необходимые дополнения и изменения при проведении русских народных игр.

Личностные универсальные учебные действия:

- использовать практические знания для сохранения и укрепления физического эмоционального и духовного здоровья;
- самостоятельно организовывать и проводить русские народные игры и развлечения вне школы.

Предметные универсальные учебные действия:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- изложение фактов истории физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

Обучающийся научится:

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- применять на практике приобретённые знания о правилах ведения здорового образа жизни;
- играть в подвижные игры, соблюдая правила;
- применять полученные навыки в самостоятельных и групповых занятиях.
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- начнут осознанно использовать знания, полученные во время подвижных игр;

Обучающийся получит возможность научиться:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
 - разработать (придумать) свои подвижные игры
 - сознательно применять физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
 - углубить знания об истории, культуре народных игр;
 - выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Модуль «Школьный урок»

Задача: использовать в воспитании детей возможности школьного урока, поддерживать использование на уроках интерактивных форм занятий с учащимися Данное направление подразумевает использование воспитательных возможностей организации урока:

1. Воспитание интереса к учению, к процессу познания (создание и поддержание интереса, активизация познавательной деятельности учащихся).
2. Воспитание сознательной дисциплины (показать важность учебно–познавательной деятельности, учебной и трудовой дисциплины).
3. Формирования умений и навыков организации учащимися своей деятельности (организация самостоятельной работы, соблюдение техники безопасности и гигиенических правил).
4. Воспитание культуры общения (организация общения на уроке, формирование учителем умения слушать, высказывать и аргументировать свое мнение.).
5. Воспитание гуманности (регулирование отношений «учитель - ученик», «ученик - ученик»).
6. Использование воспитательных возможностей, обусловленных спецификой учебного предмета.

3.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№	Содержание курса	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Формы организации и виды деятельности
Из истории игры (3часа)			
1	Как выбирают водящего	Изучить строевые упражнения, перестроение. Беседа по теме занятия. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
2	Считалки старинные	Изучить комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
3	Считалки современные	Изучить комплекс утренней гигиенической гимнастики. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.	Беседа, игра
Подвижные игры(12часов)			

4	Дорожки	Разучить разминку направленную на развитие гибкости. Подвижная игра «Дорожки»	Игра
5	Змейка	Изучить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Змейка»	Игра
6	Пустое место	Изучить разминку с малыми мячами. Подвижная игра «Пустое место»	Игра
7	Пятнашки с домом	Повторить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Пятнашки с домом»	Игра
8	Мячик кверху	Изучить беговую разминку. Подвижная игра «Мячик кверху»	Игра
9	Перебрасывание мяча	Повторить беговую разминку. Подвижная игра «Перебрасывание мяча»	Игра
10	Летучий мяч	Изучить разминку на матах. Подвижная игра «Летучий мяч»	Игра
11	Зевака	Изучить разминку с закрытыми глазами.	Игра

		Подвижная игра «Зевака»	
12	Попрыгунчики	Повторить разминку на матах. Подвижная игра «Попрыгунчики»	Игра
13	Воробушки и кот	Повторить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Воробушки и кот»	Игра
14	Болото	Изучить разминку с обручами. Прохождение полосы препятствий. Подвижная игра «Болото»	Игра
15	Салка на одной ноге	Повторить разминку с обручами. Кроссовый бег. Подвижная игра «Салка на одной ноге»	Игра
Спортивные игры (3часа)			
16	Городки	Изучить разминку с мячами. Изучить правила игры «Городки». Спортивная игра «Городки»	Игра
17	Бадминтон	Повторить разминку на	Игра

		развитие координации. Изучить правила игры «Бадминтон»	
18	Футбол	Повторить разминку с мячами. Изучить правила игры «Футбол». Спортивная игра «Футбол»	Игра
Игры-соревнования (эстафеты)(8часов)			
19	«Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями». «Петушиный бой».	Изучить разминку на развитие координации. Игры-соревнования «Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями». «Петушиный бой».	Игра-соревнование
20	«Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».	Изучить разминку со стихотворным сопровождением. Игры-соревнования «Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».	Игра-соревнование
21	«Кто дольше?»«Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».	Изучить разминку с гимнастическими палками. Игры-соревнования «Кто дольше?» «Покрути обруч». «Кто	Игра-соревнование

		быстрее соберет кубики».	
22	«Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	Повторить разминку с гимнастическими палками. Игры соревнования «Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	Игра-соревнование
23	«Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала». «Скачки на палочке».	Изучить разминку на гимнастической скамейке. Прыжки в скакалку. Игры-соревнования «Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала». «Скачки на палочке».	Игра-соревнование
24	«Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами». «Чья команда сильнее?»	Повторить разминку гимнастической скамейке. Игры соревнования «Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами». «Чья команда сильнее?»	Игра-соревнование
25	«Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	Изучить разминку со скакалками.	Игра-соревнование

		Игры-соревнования «Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	
26	«Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	Повторить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	Игра-соревнование
Игры малой подвижности(7часов)			
27	Краски	Изучить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Краски»	Игра
28	Фанты	Повторить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Фанты»	Игра
29	Колечко	Изучить разминку в парах. Игра малой подвижности «Колечко»	Игра
30	Веровочка	Повторить разминку в парах. Игра малой подвижности «Веровочка»	Игра
31	Телефон	Повторить беговую разминку. Игра	Игра

		малой подвижности «Телефон»	
32	Летит - не летит	Повторить разминку на развитие гибкости. Игра малой подвижности «Летит- не летит»	Игра
33	Море волнуется	Повторить разминку с мячами. Игра малой подвижности «Море волнуется»	Игра

4. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Из истории игры	3
2	Подвижные игры	12
3	Спортивные игры	3
4	Игры-соревнования (эстафеты)	8
5	Игры малой подвижности	7

5. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	КОЛ-ВО ЧАСОВ	ДАТА
1.	Как выбирают водящего?	1	01.09
2.	Считалки старинные	1	08.09
3.	Игры с бегом. «Дорожки».	1	15.09
4.	Игры с мячом. «Мячик кверху».	1	22.09
5.	Игры с прыжками. «Попрыгунчики».	1	29.09
6.	Спортивные игры. «Городки».	1	06.10
7.	Игры-соревнования (эстафеты) «Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями». «Петушиный бой».	1	13.10

8.	Игры малой подвижности. «Краски».	1	20.10
9.	Игры с бегом. «Змейка».	1	27.10
10.	Игры с мячом. «Перебрасывание мяча».	1	10.11
11.	Игры с прыжками. «Воробушки и кот».	1	17.11
12.	Спортивные игры. «Бадминтон».	1	24.11
13.	Игры-соревнования (эстафеты). «Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».	1	1.12
14.	Игры малой подвижности. «Фанты».	1	08.12
15.	Считалки современные.	1	15.12
16.	Игры с бегом. «Пустое место».	1	22.12
17.	Игры с мячом. «Летучий мяч».	1	12.01
18.	Игры с прыжками. «Болото».	1	19.01
19.	Игры-соревнования (эстафеты). «Кто дальше?» «Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».	1	26.01
20.	Игры малой подвижности. «Колечко».	1	02.02
21.	Игры с бегом. «Пятнашки с домом».	1	09.02
22.	Игры с мячом. «Зевака».	1	16.02
23.	Игры с прыжками. «Салка на одной ноге».	1	02.03
24.	Игры-соревнования (эстафеты). «Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	1	16.03
25.	Игры малой подвижности. «Веревочка».	1	23.03
26.	Игры-соревнования (эстафеты). «Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала». «Скачки на палочке».	1	06.04
27.	Игры-соревнования (эстафеты). «Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами». «Чья команда сильнее?»	1	13.04
28.	Игры малой подвижности. «Телефон».	1	20.04
29.	Игры-соревнования (эстафеты). «Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	1	27.04
30.	Игры малой подвижности. «Летит - не летит».	1	04.05

31.	Игры-соревнования (эстафеты). «Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	1	11.05
32.	Игры малой подвижности. «Море волнуется».	1	18.05
33.	Спортивные игры. «Футбол».	1	25.05

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МС
МБОУ СОШ №30 с. Романовка
От 30.08.2022г. №1
Руководитель МС
_____ /Краснояржская О. В./

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
_____/Хворост Т. М
30.08.2022г.