

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Оренбургской области**  
**Отдел образования Администрации Пономаревского района**  
**МАОУ "Воздвиженская ООШ "**

РАССМОТРЕНО

Методическим  
объединением учителей  
начальных классов

\_\_\_\_\_  
Кучаева Т.М.  
Протокол №1  
от «1» 09 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УВР

\_\_\_\_\_  
Ходырева Е.В.  
Протокол №1  
от «1» 09 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Абдулина Е.В.  
№01-11/96  
от «1» 09 2023 г.

**Рабочая программа по внеурочной деятельности**  
**«Подвижные игры»**  
**для 1 - 4 классов**

**с. Воздвиженка 2023г.**

## Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» в 1-4 классах составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта нового поколения, Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях, А.А. Зданевич, «Физическая культура» издательство «Просвещение», Москва – 2010 г, утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Рабочая программа опирается на УМК:

1. В.И. Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (М.: Просвещение, 2010г)
2. В.И. Лях «Физическая культура. 1-4 класс»: учеб. для общеобразовательных учреждений. (М.: Просвещение 2009г)
3. В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников 1-4 класс: Пособие для учителей (М.: Просвещение)

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующей цели:

- формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

Цель конкретизирована следующими задачами:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстротуреакции и так же эмоционально-чувственную сферу; воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Программа составлена с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей детей. Работа с детьми строится на основе уважительного, искреннего и тактичного отношения к личности ребенка. В педагогической деятельности следует исходить из концепции педагогического сотрудничества:

- уважать личность ребенка, его позицию;
- принять ребенка таким, каков он есть, в его своеобразии и индивидуальности;

- отмечать достоинства каждого ребенка;
- не навязывать свои мысли ребенку, а высказывать суждения, не приказывать, а советовать: вести ребенка к самоанализу, к рефлексии;
- проявлять искренний интерес к словам ребенка, его переживаниям, слушать и понимать его.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 45 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе.

Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 час в неделю -34 часа в год.

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Основы игровой деятельности направлены на совершенствование, прежде всего естественных движений. Элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу), и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником).

Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики.

В программный материал входят простейшие виды построений и перестроений, большой круг общеразвивающих упражнений без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения.

Подвижные игры на материале легкой атлетики. Бег, прыжки, метание.

Подвижные игры на материале лыжной подготовки. Ознакомление с простейшими правилами обращения с лыжным инвентарём, обучение основным строевым приемам с лыжами.

Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)

Подвижные игры для формирования правильной осанки.

Подвижные игры на свежем воздухе.

Командные игры; типа веселых стартов, старты надежд, с преодолением полосы препятствий, «Папа, мама, я – спортивная семья!», «Вперёд, мальчишки». Подобное содержание отражает взаимосвязь всех компонентов здоровья, подчеркивания взаимное влияние интеллектуальных

способностей, коммуникативных умений, потребности в соблюдении личной гигиены, необходимости закаливания и правильного питания, эмоционального отношения к деятельности, умения оказывать первую доврачебную помощь на пропедевтическом уровне на общее благополучие человека и его успешность в различных рода деятельности.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

**Определять и высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

#### **Регулятивные УУД:**

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на уроке.

Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить *работать* по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

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

#### **Познавательные УУД:**

Делать предварительный отбор подвижных игр.

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

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

#### **Коммуникативные УУД:**

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.

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

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

#### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

#### **Способы проверки результатов**

- зачеты по теоретическим основам знаний;
- мониторинг личностного развития воспитанников;
- социометрические исследования;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- участие в соревнованиях;

#### **Содержание программы**

##### **Тема 1. Техника безопасности - 6 часов**

ТБ при занятиях подвижными играми.

##### **Тема 2. Беседы - 3 часа**

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

##### **Тема 3. Игры - 25 часов**

«К своим флажкам», «Запрещенные движения». «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». «Фигуры», «Флюгер». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир», «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место», «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», Пчелки. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Волк во рву», «Пустое место». «Воробушки», Берегись Буратино». «Зима - лето», «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир», «День и ночь», «Воробьи вороны». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Колдунчик», «Салки выручали». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето». «Полоса препятствий». «День ночь», «Мы веселые ребята». «Пустое место». «Зима - лето», «Космонавты». Веселые эстафеты с мечами. «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».

«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель». Веселые эстафеты на свежем воздухе. «Пустое место». «Класс смирно», «Веселые старты», «К своим флажкам», «Два мороза». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «День и ночь», «Воробьи вороны». «Воробушки», Берегись Буратино» Веселые старты с баскетбольными мячами. «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты, Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры с мячом и обручем. Игры со скакалками.

### Календарно – тематическое планирование

| № п/п | Тема учебного занятия   | Формы организации деятельности | Кол.ч | Дата план | Дата факт |
|-------|---|--------------------------------|-------|-----------|-----------|
| 1.    | Техника безопасности при занятиях подвижными играми.<br>Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны». | Беседа. Игра                   | 1     | 1.09      |           |
| 2.    | Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».   | Беседа. Игра                   | 1     | 8.09      |           |
| 3.    | Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».   | Беседа. Игра                   | 1     | 15.09     |           |
| 4.    | Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».  | Беседа. Игра                   | 1     | 22.09     |           |
| 5.    | Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».   | Беседа. Игра                   | 1     | 29.09     |           |
| 6.    | Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».  | Беседа. Игра                   | 1     | 6.10      |           |
| 7.    | «Кот идет», «Говарищ командир»  | Игра, ОФП                      | 1     | 13.10     |           |
| 8.    | «Берегись, Буратино», «Жмурки».   | Игра                           | 1     | 20.10     |           |
| 9.    | «Дети и медведь», «Гуси - лебеди».  | Игра                           | 1     | 27.10     |           |
| 10.   | «Зима - лето», «Космонавты».  | Игра, ОФП                      | 1     | 10.11     |           |
| 11.   | Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся»  | Беседа. Игра                   | 1     | 17.11     |           |
| 12.   | «Пустое место, «Кот идет».  | Игра, ОФП                      | 1     | 24.11     |           |
| 13.   | «Птица без гнезда», «Быстро по местам».   | игра                           | 1     | 1.12      |           |
| 14.   | «Ловишки», «Карлики и великаны».  | игра                           | 1     | 8.12      |           |
| 15.   | ТБ при подвижных играх.<br>«Пятнашки», «Зима- лето».  | Беседа. Игра                   | 1     | 15.12     |           |
| 16.   | «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.  | игра                           | 1     | 22.12     |           |
| 17.   | «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».  | игра                           | 1     | 29.12     |           |
| 18.   | «Стая», «Быстро по местам».   | Игра, офп                      | 1     | 12.01     |           |
| 19.   | «Летучие рыбки», «Жмурки».  | игра                           | 1     | 19.01     |           |
| 20.   | «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».   | игра                           | 1     | 26.01     |           |

|     |   |                            |   |       |  |
|-----|---|----------------------------|---|-------|--|
| 21. | «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».   | Игра, офп                  | 1 | 2.02  |  |
| 22. | «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».  | игра                       | 1 | 9.02  |  |
| 23. | «Волк во рву», «Пустое место». Беседа. Закаливание организма.   | Беседа, игра               | 1 | 16.02 |  |
| 24. | «Кошки мышки». «Зима - лето», «Космонавты».   | игра                       | 1 | 1.03  |  |
| 25. | ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».  | Беседа, игра               | 1 | 15.03 |  |
| 26. | «Летает - не летает», «Кот идет», «Товарищ командир»  | ОФП, игра                  | 1 | 22.03 |  |
| 27. | «Колдунчики», «Воробьи вороны» «Салки выручали».  | игра                       | 1 | 5.04  |  |
| 28. | «Гуси и волк», «Проведи», «Пчелки».   |                            | 1 | 12.04 |  |
| 29. | «Хитрая лиса», «День ночь», «Мы веселые ребята», «Волк во рву».   | игра                       | 1 | 19.04 |  |
| 30. | Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Игры на свежем воздухе «Два мороза», «Пустое место». | Беседа, игра               | 1 | 26.04 |  |
| 31. | Игры на свежем воздухе. «Зима лето». «Зима – лето».   | игра                       | 1 | 3.05  |  |
| 32. | ТБ при подвижных играх. Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель».  | игра                       | 1 | 10.05 |  |
| 33. | Техника безопасности при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».                                      | Беседа, игра               | 1 | 17.05 |  |
| 34. | Беседа «Где можно и где нельзя играть летом» «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты,                                       | Беседа, игра, соревнования | 1 | 24.05 |  |