

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №93 Советского района Волгограда»

Принята на заседании
педагогического совета

от «28» 08 2019 г.

Протокол № 1

Утверждаю:

Директор МОУ СШ № 93

Советского района

Е.А. Шибулкина



«28» 08 2019 г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Подвижные игры »
(спортивно-оздоровительное направление)

Возраст обучающихся: 1-3 класс

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Ульянов Валентин Павлович
учитель физической культуры

г. Волгоград

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» - спортивно-оздоровительная.

Дополнительная образовательная программа направлена на формирование физически здорового, активного, гармонически развитого учащегося. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненно включиться в учебную работу. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным играм и спортивным развлечениям, ежедневному занятию ими.

Актуальность программы состоит в том, что с ее помощью решается одна из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка – через проведение различных игровой деятельности в форме подвижных игр.

Отличительные особенности

Отличительные особенности данной программы от уже существующих в данной области заключаются в том, **Игра — неперенный спутник детства**. Она дает возможность ребенку познать мир, учит общению, способствует физическому развитию, обогащает интеллектуально, создает жизненный положительный эмоциональный фон. Для детей каждая встреча с игрой — это праздник. А вот будет ли этот праздник ярким и веселым, зависит от педагога, организатора, их профессиональной подготовленности, эрудиции, компетентности, от того, насколько будет проявлена инициатива и творчество с их стороны. Всё это, безусловно, является условиями того, чтобы ребенок рос физически развитым, здоровым, жизнерадостным, чтобы ценности физической культуры, занятия физическими упражнениями и массовый спорт стали его повседневной потребностью.

Внеклассная физкультурно-оздоровительная работа позволяет детям восполнить дефицит двигательной активности, приобщиться к общедоступным физическим упражнениям, спорту. В этой работе часто используются игры- эстафеты с постоянно меняющимися условиями, вводом дополнительных заданий. Например, игры-

эстафеты с мячами, прыгалками могут быть усложнены всевозможными препятствиями: барьерами, гимнастическими скамейками и др. Подобная насыщенность игры поддерживает у детей интерес и к сегодняшнему состязанию, и к очередному, которое состоится завтра, послезавтра, на будущей неделе.

Адресат – учащиеся в возрасте от 7 до 8 лет.

Учитывая психологические особенности детей, этот возраст является самым благоприятным, так как именно в этом возрасте дети эмоционально чувствительны и отзывчивы и открыты для познания всего нового.

Дети непоседливы, особенно школьники начальных классов. Естественная биологическая потребность растущего организма в активном движении составляет не менее двух часов ежедневно. В дошкольном возрасте дети удовлетворяют эту потребность достаточно полно. Придя в школу, будучи вовлеченными в строго регламентированный процесс обучения, 85—90 процентов времени проводя за партой, дети безусловно страдают от недостатка физической нагрузки. В результате малоподвижный образ жизни школьника приводит к гиподинамии, что создает предпосылки для появления различных заболеваний.

Полезность многих упражнений, практической деятельности в данной программе определяется психофизическими возможностями, возрастом и не зависит от предварительной подготовки, которую получил ребенок.

Объем и срок освоения программы

Данная программа рассчитана на 1 год обучения.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения для освоения программы – 68 часов.

Формы обучения

Очная форма обучения.

Особенности организации образовательного процесса

В образовательном процессе принимают участие воспитанники кадетских классов, где особое внимание должно уделяться патриотическому и физическому воспитанию.

Состав групп: постоянный.

Основной формой организации образовательного процесса являются: **практические занятия** – использование на занятиях различных подвижных игр,

дополняющих уроки физической культуры.

Необходимо также уделять внимание строевой подготовке, так как выполнение строевых упражнений в группе позволяет привить у учащихся дисциплину и коллективность выполнения определенных заданий.

Режим занятий разработан в соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 час², соответственно 68 часов в год - в соответствии с уставом МОУ СШ №93.

1.2. Цель и задачи программы

Цель данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Основные **задачи** курса:

- 1) повысить уровень двигательной активности;
- 2) способствовать физическому, психическому развитию детей;
- 3) развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;
- 4) вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений.

1.3. Содержание программы

Учебный план

1 год обучения

N п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттес- тации/кон- троля
		Всего	Теор ия	Прак тика	
1	Вводное занятие. Основы безопасного труда.	2	2		1
2	«Вороны и воробьи»	2		2	1
	«Ловишки-перебежки»	2		2	
	«Паровозик	2		2	
	«Белые медведи»	2		2	
	«На одной ноге»	2		2	
	«Петушиный бой»	2		2	
	«Веселый бег»	2		2	
	«Попади в след»	2		2	
3	«Охота на тигра»	2		2	

	«Донести рыбку»	2		2	1
	«Черепаша путешественница»	2		2	
	«Собери орехи»	2		2	
	«Повяжу я шелковый платочек»	2		2	
	«Дриблинг»	2		2	
	«Пролезь сквозь мешок»	2		2	
4	Русская народная игра «Краски»	2		2	1
	Русская народная игра «Стадо»	2		2	
	Таджикская народная игра «Нахчирбози»	2		2	
	Украинская народная игра «Хлибчик» («Хлебец»)	2		2	
	Чеченская народная игра «Гдалах ловзар» (Игра в башню)	2		2	
	Дагестанская народная игра «Папахны ал» («Достань шапку»)	2		2	
	Бурятская народная игра «Шоно бахурьгад» («Волк и ягнята»)	2		2	
	Казахская народная игра «Байга» («Конное состязание»)	2		2	
5	«Увернись от мяча»	2			1
	«Сильный бросок»	2			
	«Космонавты»	2			
	«Второй лишний»	2			
	«Два мороза»	2			
	«Большой мяч»	2			
	«Шлепанки»	2			
	«Прятки»	2			
	«Перехватчики»	2			

6	Заключительное занятие	2	1	1	1
	Итого	68	3	65	6

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие. Основы безопасного труда.

Теория: Вводный инструктаж. Проведение инструктажа по ТБ. Организационные вопросы.

На вводном занятии учащиеся знакомятся с общей структурой программы, её содержанием, формами работы.

Практика: росписи в журналах по ТБ установленного образца.

Формы и методы работы: беседа, объяснение.

Формы контроля: опрос.

Раздел 2. Бессюжетные игры

Практика: знакомство учащихся с играми не требующих особой подготовки.

Формы и методы работы: объяснение, наглядный показ, игровой и соревновательный метод.

Формы контроля: проведение соревнований между группами.

Раздел 3. Игры-забавы

Практика: знакомство учащихся с играми, которые они в дальнейшем могут применять в свободное время для отдыха.

Формы и методы работы: объяснение, наглядный показ, игровой и соревновательный метод.

Формы контроля: проведение соревнований между группами.

Раздел 4. Народные игры

Практика: знакомства учащихся с играми народов СНГ.

Формы и методы работы: беседа, наглядный показ, игровой и соревновательный метод.

Формы контроля: проведение соревнований между группами.

Раздел 5. Любимые игры детей

Практика: проведение игр, известным всем учащимся класса

Формы и методы работы: игровой и соревновательный метод.

Формы контроля: проведение соревнований между группами

1.4. Планируемые результаты

Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе:

понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- разные виды подвижных игр;

уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

использовать:

- изученные виды упражнений для утренней гимнастики.

Компетенции и личностные качества

Программа учитывает требования ФГОС основного, среднего и полного общего образования в части формирования личностных компетентностей:

1.	познавательная компетентность	способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном
----	-------------------------------	---

		аспекте; использование наблюдений, измерений, моделирования; комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения;
2.	коммуникативная компетентность	владение различными средствами устного общения; выбор адекватных ситуациям форм вербального и невербального общения, способов формирования и формулирования мысли; владение способами презентации себя и своей деятельности
3.	социальная и гражданская компетентность	соблюдение социальных и культурных норм поведения, правил здорового образа жизни; умение ориентироваться в социальных ситуациях и занимать адекватные позиции; способность к регулированию конфликтов ненасильственным путем; способность жить и общаться с людьми других языков, религий и культур; готовность к участию в позитивных социальных преобразованиях
4.	организаторская компетентность	планирование и управление собственной деятельностью; владение навыками контроля и оценки деятельности; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности

Личностные, метапредметные и предметные результаты, которые приобретет учащийся по итогам освоения программы

-личностные:

- учащиеся развивают активность, самостоятельность, изобретательность и устойчивый интерес к занятиям физической культурой;
- учащиеся сформируют общую культуру личности;

- метапредметные:

- учащиеся станут общественно активными, способными к реализации в социуме;
- для учащихся будет создана комфортная обстановка, атмосфера доброжелательности, сотрудничества, ситуация успеха;
- учащиеся будут включены в активную деятельность;

- образовательные (предметные):

- будут сформированы основные представления об пользе занятия физическими упражнениями;
- будет развит познавательный интерес к занятиям физической культурой;
- учащиеся на основании полученных знаний, умений и навыков смогут профессионально самоопределиться в выборе будущей профессии.

Раздел № 2.

2.1. Календарный учебный график на 2019-2020 учебный год

N п/п	Месяц	Число	Время проведе ния занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Темы занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентя брь	По распис анию	По распис анию	теоретиче ские и практичес ки занятия;	8	1. Вводное занятие. Основы безопасного труда. (2 ч.). 2.Бессюжетные игры (6 ч.).	Малый спортзал	Опрос проведение соревновани й между группами.
2	Октяб рь	По распис анию	По распис анию	Практиче ские занятия;	8	1.Бессюжетные игры (8 ч.).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.
3	Ноябр ь	По распис анию	По распис анию	Практиче ские занятия;	8	1.Бессюжетные игры (2 ч.). 2. Игры-забавы (6ч.).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.
4	Декаб рь	По распис анию	По распис анию	Практиче ские занятия;	8	1. Игры-забавы (8ч.).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.
5	Январ ь	По распис анию	По распис анию	практичес кие занятия;	4	1.Игры-забавы (2ч.). 2.Народные игры(6 ч).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.
6	Февра ль	По распис анию	По распис анию	Практиче ские занятия;	8	1.Народные игры (8 ч).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.
7	Март	По распис анию	По распис анию	практичес кие занятия;	8	1.Народные игры (2 ч.). 2. Любимые игры детей (6 ч.).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.

8	Апрел ь	По распис анию	По распис анию	практичес кие занятия;	8	1. Любимые игры детей (8 ч.).	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами.
9	Май	По распис анию	По распис анию	Теоретиче ские и практичес кие занятия;	8	1.Любимые игры детей (6 ч.). 2.Итогое занятие (2ч)	Малый спортзал	проведение соревновани й между группами; опрос.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимого оборудования, инвентаря для реализации программы

Материально-техническая база:

- два малых спортивных зала;
- рабочий стол (1шт);
- стул (1 шт);
- скамейки (2шт)
- мячи волейбольные (2 шт);
- стойки (8 шт);
- скакалки(8 шт);
- теннисные мячи(4 шт).

Рабочие материалы:

- мел (10 пачек);
- бумага(1 пачка).

Инструменты:

- свисток;
- флажки(1 шт);
- рулетка(1шт).

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

- опрос учащихся и их родителей;

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

- соревнования между учащимися.

2.4. Оценочные материалы

Перечень (пакет) диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов:

- Анкета-опросник

2.5. Методические материалы

Для воспитанников в кабинете должны быть **стенды:**

- «О спорт ты – мир!»
- «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!»

2.6. Список литературы

Литература, рекомендованная педагогам:

1. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
2. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
3. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми», Москва «Просвещение», 1983 г.
4. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

Литература, рекомендованная учащимся:

1. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой.- М., 1982 г.
2. Вавилова Е. Н. Бегай, прыгай, метай.- М., 1982 г.
3. Семенов С. С. Городки.- М., 1982 г.
4. Гришина В. С. Румяные щечки.- М., ФиС, 1988 г.

Литература, рекомендованная родителям:

1. Бойко, Е.А. Лучшие подвижные и логические игры для детей от 5 до 10 лет / Е.А. Бойко. - М.: Книга по Требованию, 2008.
2. Власенко, Н. Э. 300 подвижных игр для дошкольников / Н.Э. Власенко. - М.: Айрис-пресс, 2011.
3. Гусева, Т. А. Картотека сюжетных картинок. Выпуск 14. Подвижные игры / Т.А. Гусева, Т.О. Иванова. - М.: Детство-Пресс, 2011.
4. Детские подвижные игры народов России, стран СНГ и Балтии. - М.: Диалог культур, 2013.
5. Детские подвижные игры народов СССР / ред. Т.И. Осокина. - М.: Просвещение, 1988.
6. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1989.

Список литературы, использованной при написании программы:

1. Патрикеев, А. Ю. Гимнастика и подвижные игры в начальной школе / А.Ю. Патрикеев. - М.: Феникс, 2014.
2. Патрикеев, А. Ю. Летние подвижные игры для детей / А.Ю. Патрикеев. - М.: Феникс, 2014.
3. Ситник, Б. А. Летние забавы. Энциклопедия подвижных игр / Б.А. Ситник. - М.: Суфлер, Феникс, 2013.
4. Степаненкова, Э. А. Воспитание ловкости у детей шестого года жизни в подвижных играх / Э.А. Степаненкова, Т.А. Семенова. - М.: Компания Спутник +, 2013.
5. Степаненкова, Э. Я. Методика проведения подвижных игр / Э.Я. Степаненкова. - М.: Мозаика-Синтез, 2009.
6. Финогенова, Н. В. Математика в движении. Планирование, оздоровительно-развивающие занятия, подвижно-дидактические игры. Подготовительная группа / Н.В. Финогенова, М.Ю. Рыбина, Е.В. Ремизенко. - М.: Учитель, 2014.