

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новгородской области

Комитет по образованию Администрации Старорусского

муниципального района

МАОУ СОШ №8

РАССМОТРЕНО

Педагогический советом

МАОУСОШ №8

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Голоснова Н.П.

Приказ № 185

от «29» августа 2024 г.



**Рабочая программа курса внеурочной
деятельности
«Подвижные игры»**

Старая Русса

2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Развивающие подвижные игры» на 2024-2025 учебный год для 8-9- лет разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании» в части спортивно-оздоровительного развития и воспитания учащихся, требованиями стандарта второго поколения, составлена на основе программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. 1-4 классы: Авт.-сост. В.Н. Шаулин – издательский дом «Федоров» (Программы начального общего образования. Система Л.В. Занкова) - 2011г., Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителей /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов.- М.: Просвещение, 2010., Программа «Основы развития двигательной активности младших школьников. Киров, КИПК и ПРО (автор Г.А. Воронина, 2007г.).

При составлении программы использовались УМК. Физическая культура. 1-11 классы: Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. /Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. - Волгоград: Учитель, 2008; Подвижные игры как форма организации и проведения динамической паузы с детьми младшего школьного возраста. С.С. Пичугин. Начальная школа плюс до и после: журн. – 2006.- №1.; Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры, - М: СпортАкадемПресс, 2002; Подвижные игры В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. – М.: Просвещение, 1997.

Программа разработана в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

Программа предназначена для **одного** учебного занятия в неделю на **33** часа. Программный материал спланирован на основе подвижных игр. Предназначен для спортивно-оздоровительной работы с детьми, проявляющих свой познавательный интерес к физической культуре и спорту, а также к знаниям и умениям организации здорового образа жизни.

Целью программы является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, создание условий для физического развития детей, формирования личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи программы:

- активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью применения их в организации своего отдыха и досуга;
- формировать умение самостоятельно организовывать и проводить игры с учетом особенностей количества участников, места проведения и наличия спортивного инвентаря;
- привитие интереса к осознанному обучению правил подвижных игр для использования их в повседневной жизни;

- укрепление здоровья школьников средствами физкультурно-оздоровительной деятельности, формирование основ здорового образа жизни.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения является двигательная деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, проявлять творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируется устойчивое, уважительное отношение к культуре своей страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, ее культуре и наследию. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижение науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий. Подвижные игры как средство физического воспитания отличаются рядом особенностей. Наиболее характерные из них – это активность и самостоятельность играющих, коллективность действий и непрерывно меняющиеся условия деятельности. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление здоровья детей.

В соответствии со структурой двигательной деятельности программа по «Подвижным играм» включает в себя три основных раздела: «Знания о подвижных играх» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной деятельности во время игр (операционный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально – мотивационный компонент деятельности).

В рабочей программе двигательная деятельность на занятиях по подвижным играм представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга. В первом разделе «Знания

о физкультурно-оздоровительной деятельности» даются сведения о правилах здорового образа жизни и различных формах организации активного отдыха средствами подвижных игр, Во втором разделе «Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью» даются комплексы упражнений, направленно содействующих коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию

В третьем разделе «Способы физкультурно-оздоровительной деятельности» дается перечень способов по самостоятельной организации и проведению подвижных игр, приемов контроля и регулирования физических нагрузок, гигиенических процедур.

Вторая содержательная линия «Спортивно-оздоровительная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях подвижными играми и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. В первом разделе «Знания о спортивно-оздоровительной деятельности» приводятся сведения по истории возникновения и развитие подвижных игр, раскрываются педагогическая характеристика подвижных игр и методика их проведения, даются представления об общей и специальной физической подготовке и формах их организации. Во втором разделе «Физическое совершенствование со спортивной направленностью» приводятся подвижные игры из базовых видов спорта, имеющих относительно выраженное прикладное значение и вызывающих определенный интерес у учащихся. В третьем разделе «Способы физкультурно-спортивной деятельности» раскрываются способы деятельности, необходимые и достаточные для организации и проведения самостоятельных занятий по подвижным играм.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для обучающихся 8-9 лет направлена на достижение учащимися **личностных, метапредметных и предметных результатов:**

Личностные результаты

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической

культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Содержание изучаемого курса программы внеурочной деятельности Поурочное планирование учебного материала внеурочного курса «Подвижные игры»

| № урока | Тема занятий | Цели занятий | Виды учебной деятельности | Дата |
|----------------|--|--|----------------------------------|-------------|
| 1. | Вводное занятие | Провести инструктаж по технике безопасности. | Вводный инструктаж | |
| 2. | История возникновения подвижных игр | Познакомить с историей возникновения подвижных игр | Беседа, диалог | |
| 3. | История возникновения подвижных игр | Познакомить с историей возникновения подвижных игр | Беседа, диалог | |
| 4. | История развития подвижных игр | Познакомить с историей развития подвижных игр | Беседа, диалог | |
| 5. | История развития подвижных игр | Познакомить с историей развития подвижных игр | Беседа, диалог | |
| 6. | Подвижная игра «Два Мороза» | Разучить правила игры «Два Мороза» | Теория и практика | |
| 7. | Подвижная игра «Два Мороза» | Разучить правила игры «Два Мороза» | Теория и практика | |
| 8. | Подвижная игра «Два Мороза» | Закрепить правила игры «Два Мороза», учить играть самостоятельно | Практика | |
| 9. | Твоё здоровье – что это? Подвижная игра «Огород» | Познакомиться и закрепить правила игры «Огород» | Беседа, диалог, практика | |
| 10. | «Законы Страны Игр» Разучивание подвижной игры «Прыгающие воробышки» | Разучить правила игры «Прыгающие воробышки», учить играть самостоятельно | Практика | |
| 11. | «Законы Страны Игр» Разучивание подвижной игры «Невод» | Разучить правила игры «Невод», учить играть самостоятельно | Практика | |
| 12. | Можно ли самому «творить здоровье?». Разучивание комплекса утренней гимнастики «Проснись» | Разучить комплекс утренней гимнастики «Проснись» | Практика | |
| 13. | Можно ли самому «творить здоровье?». | Закрепить комплекс утренней гимнастики | Практика | |

| | | | | |
|-----|---|--|----------|--|
| | Разучивание комплекса утренней гимнастики «Проснись» | «Проснись» | | |
| 14. | Твой режим дня. Разучивание комплекса утренней гимнастики «Силачи» | Разучить комплекс утренней гимнастики «Силачи» | Практика | |
| 15. | Твой режим дня. Разучивание комплекса утренней гимнастики «Силачи» | Закрепить комплекс утренней гимнастики «Силачи» | Практика | |
| 16. | Тренировка ума и характера – это соблюдение режима дня. Разучивание подвижной игры «Летает – не летает» | Разучить подвижную игру «Летает – не летает» | Практика | |
| 17. | Тренировка ума и характера – это соблюдение режима дня. Разучивание подвижной игры «Съедобное - несъедобное» | Разучить подвижную игру «Съедобное - несъедобное» | Практика | |
| 18. | Чистота и порядок. Разучивание игры «У ребят порядок строгий» | Разучить игру «У ребят порядок строгий» | Практика | |
| 19. | Личная гигиена. Разучивание комплекса утренней гимнастики без предметов, игры «Пустое место» | Разучить комплекс утренней гимнастики без предметов, игры «Пустое место» | Практика | |
| 20. | Гигиенические требования к подбору спортивной одежды и обуви. Разучивание комплекса утренней гимнастики «Мы спортсмены» | Разучить комплекс утренней гимнастики «Мы спортсмены» | Практика | |
| 21. | Гигиенические требования к подбору спортивной одежды и обуви. Повторение комплекса утренней гимнастики «Мы спортсмены» | Повторить комплекс утренней гимнастики «Мы спортсмены» | Практика | |
| 22. | Здоровье и питание. Разучивание | Разучить общеразвивающую игру: «Угадай, чей голосок» | Практика | |

| | | | | |
|-----|--|--|----------|--|
| | общеразвивающей игры: «Угадай, чей голосок» | | | |
| 23. | Здоровье и питание. Разучивание общеразвивающей игры: «Краски» и «Огород» | Разучить общеразвивающую игру: «Краски» и «Огород» | Практика | |
| 24. | Здоровье и питание. Повторение общеразвивающей игры: «Краски» и «Огород» | Повторить общеразвивающую игру: «Краски» и «Огород» | Практика | |
| 25. | Твои физические способности. Разучивание комплекса «Веселый дождик», игры «Салки – ноги от земли» | Разучить комплекс «Веселый дождик», игры «Салки – ноги от земли» | Практика | |
| 26. | Вода и питьевой режим. Разучивание игры «Ловля обезьян» | Разучить игру «Ловля обезьян» | Практика | |
| 27. | Твои физические способности. Разучивание комплекса «Веселый дождик», игры «Салки – ноги от земли» | Разучить комплекс «Веселый дождик», игры «Салки – ноги от земли» | Практика | |
| 28. | Вода и питьевой режим. Разучивание игры «Рыбак и рыбки» | Разучить игру «Рыбак и рыбки» | Практика | |
| 29. | Вода и питьевой режим. Повторение игры «Ловля обезьян» | Повторить игру «Рыбак и рыбки» | Практика | |
| 30. | Советы доктора Воды. Разучивание игры «Медведи и пчелы» | Разучить игру «Медведи и пчелы» | Практика | |
| 31. | Советы доктора Воды. Повторение игры «Медведи и пчелы» | Повторить игру «Медведи и пчелы» | Практика | |
| 32. | Когда и как возникли физическая культура и спорт. Разучивание игр со скакалкой («Веревочка», «Солнышко») | Разучивать игры со скакалкой («Веревочка», «Солнышко») | Практика | |
| 33. | Проведение игр по выбору учащихся. | Закрепить правила игры в изученных играх. Выявить знания о понравившихся играх | Практика | |

Учебно-методические средства обучения

Физическая культура. 1-11 классы: Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. / Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. - Волгоград: Учитель, 2008.

Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. / Авт.-сост. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева. - Волгоград: Учитель, 2008.

Подвижные игры как форма организации и проведения динамической паузы с детьми младшего школьного возраста. С.С. Пичугин. Начальная школа плюс до и после: журн. – 2006.- №1.;

Подвижные игры: Учебное пособие для студентов вузов и ссузов физической культуры, - М: СпортАкадемПресс, 2002.

Подвижные игры В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. – М.: Просвещение, 1997.