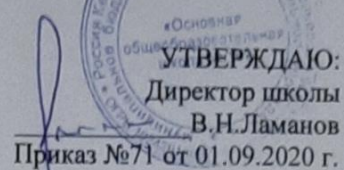


Приложение к ООП ООО
МБОУ «Школа № 16»


«Основная
общеобразовательная школа № 16»
УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
В.Н.Ламанов
Приказ №71 от 01.09.2020 г.

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа № 16»
(МБОУ «Школа № 16»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Подвижные игры

Срок реализации – 4 года

Количество часов в неделю – 1

Количество часов в год – 33,34

Составитель:

Пологалин Д.С.
учитель Ф/к.

Пояснительная записка курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» 1-4 кл.

Программа секции «Подвижные игры» ориентирована на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Во время занятий школьников обучают способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» рассчитана на учащихся начальной школы, реализует спортивно-оздоровительное направление развития личности. Рассчитана на 33 часа в год в 1 классе, на 34 часа в год во 2-4 классах. Занятия могут проходить после уроков, либо в каникулярный период.

Цели: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащимися.

Задачи направлены на:

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

Результаты освоения программы курса внеурочной деятельности.

Результатами освоения учащимися содержания программы 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;
- 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 игр;
- 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.

Ожидаемые результаты:

- развитие внимания, быстроты реакции, чувства ответственности за себя и коллектив в целом
- укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- развитие умений работать в коллективе.
- формирование у детей уверенности в своих силах.
- умение применять игры самостоятельно.

Содержание программы курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

1. Эстафеты.

Вид соревнований спортивных команд - бег, движение на дистанции, при котором на определенном этапе один спортсмен, сменяясь, передает другому условленный предмет. Эстафеты- это командные спортивные игры. Эстафеты могут проводиться с различными предметами и без них. Они представляют собой несколько последовательных упражнений проводимых обычно детьми по очереди. Сложность и длина эстафеты определяется в зависимости от возраста и подготовленности участников. Количество игроков в командах должно быть одинаковое. По характеру перемещений эстафеты бывают: линейными, круговыми, встречными, а так же с предметами и без предметов.

2. Подвижные игры

Подвижная игра с правилами — это сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. По определению П.Ф.Лесгафта, подвижная игра является упражнением, посредством которого ребенок готовится к жизни. Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели.

В педагогической практике используются коллективные и индивидуальные подвижные игры, а также игры, подводящие к спортивной деятельности. Коллективные подвижные игры — это игры, в которых одновременно участвуют как небольшие группы участников, так и целые классы или спортивные секции, а в некоторых случаях и значительно большее количество играющих.

Индивидуальные (одиночные) подвижные игры обычно создаются и организуются детьми. В таких играх каждый может наметать свои планы, устанавливать интересные для себя условия и правила, а по желанию и изменять их. По личному желанию избираются и пути для осуществления задуманных действий.

Игры, подводящие к спортивной деятельности, — это систематически организуемые подвижные игры, требующие устойчивых условий проведения и способствующие успешному овладению учащимися элементами спортивной техники и простейшими тактическими действиями в отдельных видах спорта.

Тематическое планирование секции «Подвижные игры»

1 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов		Примечание
		Практика	Теория	
1	Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми. «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «У медведя во бору», «Космонавты»	1 час	-	
2	«Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты»	1 час	-	
3	«Волк во рву», «Два мороза», «Море волнуется», «Воробушки и кот», «У медведя во бору»	1 час	-	
4	«Волк во рву», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Коршун и наседка», «Кошки-мышки»	1 час	-	
5	«Хвостики», «Воробьи и вороны», «Колдунчики», «Медведь и пчелы», «Кошки-мышки»	1 час	-	
6	«Ловишки-перебежки», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Воробьи и вороны», «Колдунчики»	1 час	-	
7	Динамическая прогулка – игра «Зачем детям нужны игры?»	1 час	-	
8	Игры по выбору детей	1 час	-	
9	«Класс, смирно!», «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны», «Землемеры», «Невод»	1 час	-	
10	«Класс, смирно!», «К своим флажкам», «Салки», «Чья команда быстрее построится», «Найди себе пару»	1 час	-	
11	«Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Невод», «Пустое место»	1 час	-	
12	«Класс, смирно!», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от мяча»	1 час	-	
13	«Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Удочка», «Невод», «Пустое место»	1 час	-	
14	«Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Удочка», «У ребят порядок строгий»	1 час	-	
15	«Придумай фигуру», «На одной ноге», «Запрещенное движение», «Увернись от мяча»,	1 час	-	
16	Игры по выбору детей	1 час	-	
17-19	Игры по выбору детей. «Два мороза», «Волки и овцы», «Охотники и утки», «Змейка», Эстафеты. Обучение игре «Червячок».	3 часа	-	
20	Игры с прыжками: «Не намочи ноги», «Удочка», «Волк во рву»	1 час	-	
21-22	Игры с метанием: «Мяч через веревку», «Кто самый меткий?», «Охотники и зайцы», «Вышибалы», «Выбей мяч».	2 часа	-	
23	Игра «Городки»	1 час	-	
24	Веселые старты с элементами бега, прыжков,	1 час	-	

	метания			
25	Игры по выбору детей (из ранее изученных)	1 час	-	
26	С элементами гимнастики: «Построй круг», «Море волнуется», «Донеси мешочек», «Раки»	1 час	-	
27	С элементами гимнастики: «Канатоходец», «Разойдись не упади», «Шагай через кочки», «Донеси мешочек»	1 час	-	
28	С элементами гимнастики: «По-пластунски», «Через стопку матов», «Тоннель», «Класс, смирно!»	1 час	-	
29	С элементами гимнастики: эстафеты и полоса препятствий	1 час	-	
30	Игры по выбору детей (из ранее изученных)	1 час	-	
31	Спортивные игры: лапта	1 час	-	
32	Просмотр учебного фильма «Что мы знаем об играх»	1 час	-	
33	Фестиваль подвижных игр (теоретико-практическое занятие)	1 час	-	
Итого:		33 часа	-	

**Тематическое планирование секции «Подвижные игры»
2 класс**

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов		Примечание
		Прак-а	Теория	
1	Игры на внимание «Класс, смирно!», «За флажками».	1 час	-	
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны», «Запомни- порядок»	1 час	-	
3	Игры на развитие памяти.	1 час	-	
4	Игры на развитие воображения.	1 час	-	
5	Игры на развитие памяти.	1 час	-	
6	Игры на развитие мышления и речи.	1 час	-	
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки».	1 час	-	
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами».	1 час	-	
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун».	1 час	-	
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	1 час	-	
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей».	1 час	-	
12	Русская народная игра « Удар по веревочке».	1 час	-	
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты».	1 час	-	
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	1 час	-	
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	1 час	-	
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	1 час	-	
17	Весёлые старты со скакалкой.	1 час	-	
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде».	1 час	-	
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву».	1 час	-	
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам».	1 час	-	
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	1 час	-	
22	Эстафеты с предметами.	1 час	-	
23	Игра «Биатлон».	1 час	-	
24	Игра «Охота на куропаток».	1 час	-	
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов».	1 час	-	
26	Игра «Салки с мячом».	1 час	-	
27	Игра «Прыгай через ров».	1 час	-	
28-31	Футбол.	4 часа	-	

32	Игра «Червячок».	1 час	-	
33-34	Игра «Перестрелка».	2 часа	-	
Итого:		34 часа	-	

**Тематическое планирование секции «Подвижные игры»
3 класс**

№ занятия	Темы занятий	Количество часов		Примечание
		Практика	Теория	
1	Подвижная игра «Белые медведи»	1 час		
2	Подвижная игра «Два мороза»	1 час		
3	Игры на развитие скорости	1 час		
4	Обучение техники игры «Перестрелка»	1 час		
5	Подвижная игра «Перестрелка»	1 час		
6	Подвижная игра «Охотники и утки»	1 час		
7	Игры на развитие ловкости	1 час		
8	Подвижная игра «Червячок»	1 час		
9	Эстафеты с мячом	1 час		
10	Встречная эстафета	1 час		
11	Подвижная игра «У медведя во бору»	1 час		
12	Подвижная игра «Дуэль», «Крепость»	1 час		
13	Подвижная игра «Салки», «Через кочки и пенечки»	1 час		
14	Подвижная игра «Пустое место», «Займи место»	1 час		
15	Подвижная игра «Успей поднять»	1 час		
16	Подвижная игра «Все по местам», «Червячок»	1 час		
17	Подвижная игра «Два мороза»	1 час		
18	Подвижная игра «Быстрый и меткий»	1 час		
19	Подвижная игра «Живые мишени»	1 час		
20	Подвижная игра «Лиса и гуси», «Масло»	1 час		
21	Подвижная игра «Бег по следу»	1 час		
22	Подвижная игра «Сбей цель», «Городки»	1 час		
23	Подвижная игра «Кто дальше?», «Жмурки»	1 час		
24	Подвижная игра «Снайперы»	1 час		
25-26	Игры на основе баскетбола.	2 часа		
27-29	Баскетбол по упрощенным правилам	3 часа		
30-33	Футбол	4 часа		
34	Игры по выбору детей.	1 час		
	Итого	34 часа		

**Тематическое планирование секции «Подвижные игры»
4 класс**

№ занятия	Темы занятий	Количество часов		Примечание
		Практика	Теория	
1	Подвижная игра «Белые медведи»	1 час		
2	Подвижная игра «Два мороза»	1 час		
3	Игры на развитие скорости	1 час		
4	Обучение техники игры «Перестрелка»	1 час		
5	Подвижная игра «Перестрелка»	1 час		
6	Подвижная игра «Охотники и утки»	1 час		
7	Игры на развитие ловкости	1 час		
8	Подвижная игра «Червячок»	1 час		
9	Эстафеты с мячом	1 час		
10	Встречная эстафета	1 час		
11	Подвижная игра «У медведя во бору»	1 час		
12	Подвижная игра «Дуэль», «Крепость»	1 час		
13	Подвижная игра «Салки», «Через кочки и пенечки»	1 час		
14	Подвижная игра «Пустое место», «Займи место»	1 час		
15	Подвижная игра «Успей поднять»	1 час		
16	Подвижная игра «Все по местам», «Червячок»	1 час		
17	Подвижная игра «Два мороза»	1 час		
18	Подвижная игра «Быстрый и меткий»	1 час		
19	Подвижная игра «Живые мишени»	1 час		
20	Подвижная игра «Лиса и гуси», «Масло»	1 час		
21	Подвижная игра «Бег по следу»	1 час		
22	Подвижная игра «Сбей цель», «Городки»	1 час		
23	Подвижная игра «Кто дальше?», «Жмурки»	1 час		
24	Подвижная игра «Снайперы»	1 час		
25-26	Игры на основе баскетбола.	2 часа		
27-29	Баскетбол по упрощенным правилам	3 часа		
30-33	Футбол	4 часа		
34	Игры по выбору детей.	1 час		
	Итого	34 часа		

