

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Комитет по образованию города Братска
МБОУ «СОШ № 20» имени И.И. Наймушина г. Братска

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
протокол № 1
от «30» августа 2023 г.
Руководитель ШМО
Веселова О.И.

РЕКОМЕНДОВАНО
на заседании МС
протокол № 1
от «30» августа 2023 г.
Председатель МС
Назарова Е.В.

УТВЕРЖДЕНО
приказ № 133
от «31» августа 2023 г.
директор МБОУ «СОШ №20»
имени И.И. Наймушина
Жигулова Н.Г.

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»

для начального общего образования
срок освоения программы 2 года (с 1 по 2 класс)

Направление: спортивно - оздоровительное

Жигулова Наталия Григорьевна
сп=Жигулова Наталия Григорьевна, с=RU,
о=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№ 20" ИМЕНИ ИВАНА ИВАНОВИЧА
НАЙМУШИНА МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА,
email=zhigulova-ng@yandex.ru

Братск, 2023

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» для обучающихся 1-2 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО и с учетом федеральной рабочей программы воспитания.

На изучение программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» отведено 33 часа в 1 классе и 34 часа во 2 классе – 1 час в неделю.

Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

1 класс.

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры

Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метаний.

1 Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки с мячами»; «Перемена мест»; «Уголки»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Вызов номеров»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Кошки - мышки»; «Невод»; «Зайцы в огороде»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»..

2 Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Ловкие и меткие»; «Точный расчет».

Подвижные игры с мячом

1 Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2 Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, владение

Элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Игры: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; «Мяч водящему», «Охотники и утки»; «4 мяча»; «Гонка мячей по кругу».

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки - мышки»; «Выжигало».

Эстафеты

2 класс

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры

Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метаний.

1 Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжках, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки с мячом»; «Ловкие и меткие»; «Перемена мест»; «Уголки»; «Два мороза»; «День - ночь»; «Второй лишний»; «Пятнашки»; «Вызов номеров»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Невод»; «Прыгающие воробушки»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»;

2 Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с мячом.

1 Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2 Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Игры: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «Школа мяча»; «Охотники и утки»; «Гонка мячей»; «4 мяча»; «Пионербол»; Эстафеты.

Русские народные игры:

«Жмурки»; «Салки»; «Лапта»; «Море волнуется»; «Кошки- мышки»; «Выжигало».

Эстафеты.

2. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности

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

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

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

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;

- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**Тематическое планирование
1 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
		Всего		
1.	Раздел. Знания о физической культуре	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками). Формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни.
	Игры с бегом, прыжками, метаниями.	10	https://www.fizkultura.ru/mobile_game https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Игры с мячом.	10	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Русские народные игры.	5	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Эстафеты	6	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Итого:	33		

**Тематическое планирование
2 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
		Всего		
1.	Раздел. Знания о физической культуре	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/	Привлекать внимание школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, понятий, приемов. Опирайтесь на жизненный опыт обучающихся, уточняя, что они смотрят, слушают, во что они играют, о чем говорят на переменах.
	Игры с бегом, прыжками, метаниями.	9	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Игры с мячом.	14	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Русские народные игры.	3	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Эстафеты	6	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
	Итого:	34		