**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Новозыряновская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза А.Н. Калинина» Гоношихинская СОШ Заринского района Алтайского края**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принято педагогическим советом  Протокол № 1 от 29.08.2022г |  | Утверждено директором школы \_\_\_\_\_\_\_\_Сохарева Т.А.  Приказ №53-г от 29.08.2022г |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

**«Подвижные игры»**

спортивно-оздоровительное направление начального общего образования в 3-4 (общеобразовательном) классе на 2022 - 2023 учебный год

учитель: Коваленко Анастасия Александровна

2022 год

Пояснительная записка

Здоровье человека - проблема достаточно актуальная для всех времён и народов, а в настоящее время она становится первостепенной. Всемирная организация здравоохранения определила здоровье как состояние «полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико- тактических взаимодействий (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником), необходимых при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

Новизна. С введением ФГОС возникла необходимость организации внеурочной деятельности учащихся. Вариативная часть учебного плана может включать предмет « Подвижные игры».

Методические рекомендации содержат описание подвижных игр на развитие внимания, быстроты, выносливости, развитие физических качеств для учащихся 1-4 классов и предназначена для учителей начальной школы.

Целью методических рекомендаций является - помочь учителю разобраться в содержании обучения и развития учащихся 3-4 классов по предмету «Подвижные игры».

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основныхзадач:

Образовательн ые:

* •дать описание играм, праздникам, эстафетам, которые дают представления о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
* •показать простейшие способы контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Развивающие:

* •развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
* •развивать координацию движений, выносливость, быстроту реакции, внимательность;
* •развивать память, мышление;

Воспитательные:

* •формировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья;
* •*формировать моральные и волевые качества гражданина;*
* •*воспитывать дисциплинированность, смелость и решительность учащихся;*
* •*знакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению физического и психического здоровья.*

В основе авторской педагогической разработки используются следующие ***технологии.***

* •Здоровьесберегающая технология - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).
* •Личностно - ориентированная технология - в центре внимания этой технологии - уникальная целостная личность, которая стремиться к максимальной реализации своих возможностей (самореализации). Открыта для восприятия нового опыта, способна на осознанный и ответственный выбор в разнообразных игровых и жизненных ситуациях.
* •Игровые технологии являются развлечением, отдыхом, которые способны перерасти в обучение, в творчество, в терапию, в модель типа человеческих отношений и проявлений в труде.

Обязательными условиями построения занятий по подвижным играм (в особенности с мячами) являются четкая организация и разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений учителя; обеспечение преемственности при освоении новых упражнений; строгое соблюдение***принципов:***

* •***вариативности, обосновывающий планирование учебного материала;***
* •***достаточности и сообразности, определяющий распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной деятельности;***
* •***соблюдение дидактических правил « от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логику поэтапного его освоения;***
* •***межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостно формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры;***
* •***усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно -оздоровительных мероприятиях, режиме дня.***

Деятельность учителя и учащихся осуществляется через**организацию:**

-                     спортивные игры;

-                     спортивные эстафеты;

-                     беседы;

-                     спортивные праздники; -совместные мероприятия с родителями; и другие

***Место проведения:***

* •спортивная площадка;
* •класс (для теоретических занятий);
* •спортивный зал;
* •школьный двор

Инвентарь:

* •Волейбольные мячи;
* •Баскетбольные мячи;
* •Канат;
* •Кегли или городки;
* •Скакалки;
* •Теннисные мячи;
* •Малые мячи;
* •Гимнастическая стенка;
* •Гимнастические скамейки;
* •Сетка волейбольная;
* •Щиты с кольцами;
* •Лыжи, палки;
* •Секундомер;
* •Маты;
* •Ракетки;
* •Шашки;
* •Обручи.

Формы организации занятий:

-                     урок

-                     беседы

-                     спортивные эстафеты

-                     спортивные праздники -спортивные соревнования

Мониторинг результативности:

Работа по сопровождению программы «Подвижные игры» проводится с учащимися, родителями через:

* •наблюдение;
* •собеседование;
* •анкетирование родителей;
* •анкетирование учащихся;
* •результат спортивных соревнований конкурсов;
* •и др. формы мониторинга

Предполагаемый результаты реализации программы:

Личностные:

-                     формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, -развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

-                     развитие доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости понимания и сопереживания чувства других людей;

-                     развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных спортивных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

Метапредметные:

-                     овладение способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

-                     готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

-                     умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные:

* •соблюдение личной гигиены, режима дня;
* •знание правил поведения и профилактики травматизма на занятиях физической культуры, правил безопасности
* •соотнесение результатов выполнения двигательных действий с эталоном - рисунком, образцом, правилом;
* •выполнение тестовых заданий для определения уровня развития физических качеств - силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости;
* •выполнение разнообразных способов передвижения ходьбой, бегом и прыжками, передвижения по возвышенной опоре, имеющей ограниченную площадь;
* •выполнение метания малого мяча на дальность и точность, упражнения в передачах, бросках, ловли и ведении мяча, ударах по мячу;
* •выполнения упражнений на освоение навыков равновесия (стойка на носках на одной ноге на полу и гимнастической скамейке, повороты на 90°);
* •выполнение строевых упражнений: построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг, перестроение по звеньям, повороты и другие строевые команды;
* •выполнение упражнений по формированию правильной осанки, развития силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости.

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности школьников распределяются по трём уровням:

                        Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний):

приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты; о российских традициях памяти героев Великой Отечественной воины; о русских народных играх; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;

                        Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества)-.

развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;

                              Результаты          третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):

приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве, опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

**Тематическое планирование ВД «Подвижные игры»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Тема раздела/ урока** | **Кол-во часов** | **Планируемые результаты** | | | **Используемые средства обучения** |
| **Метапредметные** | **Предметные** | **Личностные** |
| ***1*** | Здоровый образ жизни | 1 | *Регулятивные:*  - формировать навык саморегуляции.  *Познавательные:*  - уметь рассказать о здоровом образе жизни.  *Коммуникативные:*  - сохранять доброжелательное отношение друг к другу. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | мячи, скакалки, обручи |
| ***2*** | Здоровье в порядке – спасибо зарядке | 1 | *Регулятивные:*  - формировать навык саморегуляции.  *Познавательные:*  - уметь рассказать о здоровом образе жизни.  *Коммуникативные:*  - сохранять доброжелательное отношение друг к другу. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | мячи, скакалки, обручи |
| ***3*** | Личная гигиена | 1 | *Регулятивные:*  - формировать умение адекватно воспринимать оценку взрослого и сверстников.  *Познавательные:*  - уметь рассказать о правилах личной гигиены.  *Коммуникативные:*  - устанавливать рабочие отношения. |  | Формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли. | мячи, скакалки, обручи |
| ***4*** | Профилактика травматизма | 1 | *Регулятивные:*  - умение сохранять заданную цель.  *Познавательные:*  - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.  *Коммуникативные:*  - слушать и слышать друг друга. |  | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | мячи, скакалки, обручи |
| ***5*** | Нарушение осанки | 1 | *Регулятивные:*  - уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  *Познавательные:*  - уметь объяснять правила формирования правильной осанки.  *Коммуникативные:*  - формировать навыки работы в группе. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | мячи, скакалки, обручи |
| ***6*** | «Щука» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Щука».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Формировать умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. | короткие скакалки |
| ***7*** | «Водяной» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Водяной».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | обруч, скакалки |
| ***8*** | «Третий лишний» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Третий лишний».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | обруч |
| 9 | «На золотом крыльце сидели …» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Пустое место».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | скакалки |
| ***10*** | «Кандалы» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Кандалы».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | скакалки |
| ***11*** | «Ворота» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Ворота».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | платок, скакалка |
| ***12*** | «Слон» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Слон».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | гимнастические маты |
| ***13*** | «Козел» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Козел».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | гимнастические маты |
| ***14*** | «Лягушки и цапля» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Лягушки и цапля».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | 4 скакалки |
| ***15*** | Эстафета | 1 | *Регулятивные:*  - формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии.  *Познавательные:*  - владеть способами организации и проведения эстафеты.  *Коммуникативные:*  - формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | мячи, скакалки, обручи |
| ***16*** | «Волк во рву» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Волк во рву».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | веревка |
| ***17*** | Профилактика травматизма | 1 | *Регулятивные:*  - умение сохранять заданную цель.  *Познавательные:*  - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.  *Коммуникативные:*  - слушать и слышать друг друга. |  | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | мячи, скакалки, обручи |
| ***18*** | «Прыгуны» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Прыгуны».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | гимнастические палки |
| ***19*** | Эстафета | 1 | *Регулятивные:*  - формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии.  *Познавательные:*  - владеть способами организации и проведения эстафеты.  *Коммуникативные:*  - формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | мячи, скакалки, обручи |
| ***20*** | «Лошади» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Лошади».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | гимнастические скамейки |
| ***21*** | «Птички и клетка» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Птички и клетка».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | скакалки |
| ***22*** | «Северный и южный ветер» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Северный и южный ветер».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | синяя и красная лента |
| ***23*** | «Бой петухов» |  | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Бой петухов».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | гимнастические маты |
| ***24*** | «Караси и щука» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Караси и щука».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | обруч |
| ***25*** | «Лиса в курятнике» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся применять правила подвижной  игры «Лиса в курятнике».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | волейбольный мяч |
| ***26*** | Профилактика травматизма | 1 | *Регулятивные:*  - умение сохранять заданную цель.  *Познавательные:*  - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.  *Коммуникативные:*  - слушать и слышать друг друга. |  | Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. | мячи, скакалки, обручи |
| ***27*** | «Река и ров» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Река и ров».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | гимнастическая скамейка |
| ***28*** | «Горячая картошка» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Горячая картошка».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | волейбольный мяч |
| ***29*** | «Заяц без логова» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Заяц без логова».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | 4 скакалки |
| ***30*** | Эстафета | 1 | *Регулятивные:*  - формировать ситуацию саморегуляции – рефлексии.  *Познавательные:*  - владеть способами организации и проведения эстафеты.  *Коммуникативные:*  - формировать умение брать на себя инициативу в организации совместной деятельности. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | мячи, скакалки, обручи |
| ***31*** | «Подвижная цель» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Подвижная цель».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях. | скакалка, волейбольный мяч |
| ***32*** | «Бредень» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Бредень».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | гимнастические маты |
| ***33*** | «Заколдованный замок» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Заколдованный замок».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Способность управлять эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности | гимнастическая стенка |
| ***34*** | «Али-баба» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Али-баба».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | скакалки |
| ***35*** | «Два Мороза» | 1 | *Регулятивные:*  - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Познавательные:*  - научатся рассказывать о правилах проведения подвижной игры «Два Мороза».  *Коммуникативные:*  - добывать недостающую информацию с помощью вопросов. |  | Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. | гимнастическая скамейка |

Список литературы

1. 1.Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, /авторы В.И. Лях, А.А Зданевич -М.: «Просвещение», 2008 г./;
2. 2.[**http://childish.fome.ru/main-1**](http://childish.fome.ru/main-1) .html[**http://childish.fome.ru/main-1**](http://childish.fome.ru/main-1) .html
3. 3.Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа часть 2 /М.: «Просвещение», 2010/;
4. 4.Федеральный Государственный Образовательный стандарта (II поколение) начального общего образования/ - М.: «Просвещение» 2010, приказ Министерства Образования 6 октября 2009 г, № 373;
5. 5.Физическая культура в начальных классах/ авторы И.М. Бутин, И.А.Бутина; - М.: Владос Пресс, 2001/

**Сайт:** [www.uchkopilka.ru](http://uchkopilka.ru/)