

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №23
Волчанского городского округа

СОГЛАСОВАНО

руководитель ШМО начальных классов



Самойлова Н.А.

протокол № 1 от 29.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МАОУ СОШ №23



Адельфинская О.В.

приказ № 248-д от 29.08.2023 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 23

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 23
DN: C=RU, S=Свердловская область, STREET="улица
Мичурина, дом 9", L=город Волчанск, Т=Директор,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 23,
OGRN=1026601102000, SNILS=02728642561,
OID.1.2.643.100.4=6614004618, INN=661401207552,
E=maou23volchansk@yandex.ru, G=Ольга Валерьевна,
SN=Адельфинская, CN=МУНИЦИПАЛЬНОЕ
АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 23
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение:
Дата: 2023-10-23 18:11:30

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

начальное общее образование
1-4 классы
на 2023-2024 учебный год

Составитель:

ШМО учителей начальных классов

г. Волчанск, 2023 год

Пояснительная записка

Данная программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён Приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 286 от 31 мая 2021 г.);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.364820-20. «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

и с учётом федеральной образовательной программы начального общего образования МАОУ СОШ №23.

Рабочая программа курса «Подвижные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности на уровне начального общего образования и нацелена на создание основ для формирования, сохранения и укрепления здоровья младших школьников, формирования культуры здорового образа жизни.

Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи программы:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Основные содержательные линии программы:

- современные подвижные игры;
- современные подвижные игры;
- русские народные игры и забавы;
- русские игровые традиции.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости, что приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой

неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Данная рабочая программа рассчитана на учащихся 1-4-х классов. На реализацию программы отводится:

в 1-х классах: 66 часов в год из расчета 2 часа в неделю;

во 2-х классах: 68 часов в год из расчета 2 часа в неделю;

во 3-4 классах: 34 часа в год из расчета 1 час в неделю в рамках внеурочной деятельности, согласно Плану внеурочной деятельности МАОУ СОШ № 23.

Содержание программы

Элементы содержания	Виды деятельности обучающихся	Форма организации деятельности обучающихся
С целью подготовки организма школьников к предстоящей физической нагрузке в начале каждого занятия проводятся ходьба, бег в медленном темпе, общеразвивающие упражнения. С целью более эффективного подведения организма школьников к предстоящим физическим нагрузкам упражнения следует подбирать в соответствии с характером предстоящей работы. Комплексы упражнений выполняются во время ходьбы сразу после окончания бега. Сначала следуют упражнения, способствующие восстановлению нормального дыхания, затем упражнения, включающие в работу большие группы мышц. В конце комплекса используются упражнения, по характеру выполнения близкие тем, которые планируются в основной части занятий. Основное время отводится на игры. Проводится несколько организованных игр или игровых заданий на воспитание того или иного физического качества и совершенствование двигательного навыка. При проведении игр и эстафет в течение занятия должна	Игровая деятельность Спортивно-оздоровительная деятельность	Беседа, практика, подвижная игра.

соблюдаться определенная последовательность. Вначале проводятся игры, направленные на закрепление и совершенствование двигательных навыков, когда обучающиеся могут лучше выполнять и анализировать сложные двигательные действия. Затем следуют игры, направленные на воспитание физических качеств. В заключительной части занятия проводятся ходьба, игры на внимание с целью снижения физической нагрузки и подготовки школьников к следующим занятиям.		
---	--	--

Планируемые результаты освоения программы

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.

Тематическое планирование 1 класс

№ п.п.	Тема занятия	Кол-во часов	Форма организации деятельности обучающихся
1.	Здоровый образ жизни. Кого мы можем считать здоровым человеком.	1	Беседа
2.	Здоровье в порядке - спасибо зарядке! Комплекс упражнений утренней гимнастики.	2	Беседа, практика
3.	Личная гигиена: Что такое гигиена. Правила личной гигиены.	1	Беседа
4.	Профилактика травматизма. Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.	1	Беседа
5.	Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки.	2	Беседа, практика
6.	«Мяч по кругу»	2	Подвижная игра
7.	«Поймай рыбку»	2	Подвижная игра
8.	«Цепи кованы»	2	Подвижная игра
9.	Профилактика травматизма. Инструкция по ТБ.	1	Беседа
10.	«Змейка на асфальте»	2	Подвижная игра
11.	«Бег с шариком»	2	Подвижная игра
12.	«Нас не слышно и не видно»	2	Подвижная игра
13.	«Третий лишний»	2	Подвижная игра
14.	«Ворота»	2	Подвижная игра
15.	«Чужая палочка»	2	Подвижная игра
16.	«Белки, шишки и орехи»	2	Подвижная игра
17.	Профилактика травматизма. Правила поведения на спортивной площадке, правила поведения в команде.	1	Беседа
18.	Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки.	2	Практика
19.	«След в след»	2	Подвижная игра
20.	Эстафета	2	Подвижная игра

21.	«Мишень»	2	Подвижная игра
22.	«С кочки на кочку»	2	Подвижная игра
23.	«Без пары»	2	Подвижная игра
24.	«Веребочка»	2	Подвижная игра
25.	«Плетень»	2	Подвижная игра
26.	Профилактика травматизма. Правила поведения в команде. Правила ТБ.	1	Беседа
27.	Весёлые старты	1	Подвижная игра
28.	«Следопыт»	2	Подвижная игра
29.	«Болото»	2	Подвижная игра
30.	«Цапля»	2	Подвижная игра
31.	«Кто больше»	2	Подвижная игра
32.	«Успевай, не зевай»	2	Подвижная игра
33.	«День и ночь»	2	Подвижная игра
34.	«Наперегонки парами»	2	Подвижная игра
35.	«Ловушки-перебежки»	2	Подвижная игра
36.	«Вызов номеров»	2	Подвижная игра
37.	Эстафета	1	Подвижная игра
ИТОГО:		66 часов	

Тематическое планирование 2 класс

№ п.п.	Тема	Кол-во часов	Формы организации деятельности обучающихся
1.	Здоровый образ жизни. Кого мы можем считать здоровым человеком	2	Беседа
2.	Здоровье в порядке - спасибо зарядке! Комплекс упражнений для утренней гимнастики.	2	Беседа, практика
3.	Личная гигиена. Правила личной гигиены	2	Беседа, практикум
4.	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
5.	Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки.	2	Беседа. практика
6.	«Двенадцать палочек»	2	Подвижная игра
7.	«Катание яиц»	2	Подвижная игра
8.	«Чижик»	2	Подвижная игра
9.	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	2	Беседа
10.	«Пустое место»	2	Подвижная игра
11.	«Городки»	2	Подвижная игра
12.	«Пятнашки»	2	Подвижная игра

13.	Командные игры на выносливость.	2	Подвижная игра
14.	«Волки и овцы»	2	Подвижная игра
15.	«Намотай ленту»	2	Подвижная игра
16.	«Лапта»	2	Подвижная игра
17.	«Без соли соль»	2	Подвижная игра
18.	«Чет-нечет»	2	Подвижная игра
19.	«Серый волк»	2	Подвижная игра
20.	«Ловись, рыбка, большая и маленькая»	2	Подвижная игра
21.	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
22.	Нарушение осанки	2	Практика
23.	«Платок»	2	Подвижная игра
24.	«Кто боится колдуна?»	2	Подвижная игра
25.	«Догонялки на санках»	2	Подвижная игра
26.	«Лучники»	2	Подвижная игра
27.	«Волк»	2	Подвижная игра
28.	«Камнепад»	2	Подвижная игра
29.	«Шаровки»	2	Подвижная игра
30.	«Горелки»	2	Подвижная игра
31.	«Штандер»	2	Подвижная игра
32.	«Рыбки»	2	Подвижная игра
33.	«Бабки»	2	Подвижная игра
34.	«Казачи-разбойники»	2	Подвижная игра
35.	Эстафета	2	Подвижная игра
ИТОГО:		68 часов	

Тематическое планирование 3 класс

№ п.п.	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности обучающихся
1	Здоровый образ жизни. Кого мы можем считать здоровым человеком	1	Беседа
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке! Комплекс упражнений утренней гимнастики.	1	Беседа, практика
3	Личная гигиена. Правила личной гигиены	1	Беседа
4	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
5	Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки	1	Беседа, практика
6	«Щука»	1	Подвижная игра
7	«Водяной»	1	Подвижная игра

8	«Третий лишний»	1	Подвижная игра
9	«На золотом крыльце сидели...»	1	Подвижная игра
10	«Кандалы»	1	Подвижная игра
11	«Ворота»	1	Подвижная игра
12	«Слон»	1	Подвижная игра
13	«Козел»	1	Подвижная игра
14	«Лягушки и цапля»	1	Подвижная игра
15	«Волк во рву»	1	Подвижная игра
16	«Прыгуны»	1	Подвижная игра
17	«Лошади»	1	Подвижная игра
18	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
19	«Птички и клетка»	1	Подвижная игра
20	«Северный и южный ветер»	1	Подвижная игра
21	«Бой петухов»	1	Подвижная игра
22	«Караси и щука»	1	Подвижная игра
23	«Лиса в курятнике»	1	Подвижная игра
24	«Река и ров»	1	Подвижная игра
25	«Горячая картошка»	1	Подвижная игра
26	«Заяц без логова»	1	Подвижная игра
27	«Подвижная цель»	1	Подвижная игра
28	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
29	«Бредень»	1	Подвижная игра
30	«Заколдованный замок»	1	Подвижная игра
31	«Али-баба»	1	Подвижная игра
32	«Два Мороза»	1	Подвижная игра
33	«Жар-птица»	1	Подвижная игра
34	«Перетягивание воза»	1	Подвижная игра
ИТОГО:		34 часа	

Тематическое планирование 4 класс

№ п.п.	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности обучающихся
1	Здоровый образ жизни. Кого мы можем считать здоровым человеком	1	Беседа
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке! Комплекс упражнений для утренней гимнастики	1	Беседа, практика
3	Личная гигиена. Правила личной гигиены.	1	Беседа

4	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
5	Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки	1	Беседа, практика
6	«Зазывалки»	1	Подвижная игра
7	«Жребий»	1	Подвижная игра
8	«Волки во рву»	1	Подвижная игра
9	«Волки и овцы»	1	Подвижная игра
10	«Медведь и вожак»	1	Подвижная игра
11	«Водяной»	1	Подвижная игра
12	«Невод»	1	Подвижная игра
13	«Чехарда»	1	Подвижная игра
14	«Птицелов»	1	Подвижная игра
15	«Жмурки»	1	Подвижная игра
16	Профилактика травматизма. Правила по ТБ	1	Беседа
17	«Дуга»	1	Подвижная игра
18	«Кот и мышь»	1	Подвижная игра
19	«Ляпка»	1	Подвижная игра
20	«Заря»	1	Подвижная игра
21	«Гуси»	1	Подвижная игра
22	«Удар по веревочке»	1	Подвижная игра
23	«Зайки»	1	Подвижная игра
24	«Прыганье со связанными ногами»	1	Подвижная игра
25	«У медведя во бору»	1	Подвижная игра
26	«Гуси»	1	Подвижная игра
27	«Бой петухов»	1	Подвижная игра
28	«Переездной конь»	1	Подвижная игра
29	«Зелёная репка»	1	Подвижная игра
30	«Дударь»	1	Подвижная игра
31	«Капустка»	1	Подвижная игра
32	«Солнышко»	1	Подвижная игра
33	«В крути»	1	Подвижная игра
34	«Медом или сахаром»	1	Подвижная игра
ИТОГО:		34 часа	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533229

Владелец Балужева Татьяна Викторовна

Действителен с 12.02.2024 по 11.02.2025