

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа пос. Масленниково
муниципального района Хворостянский Самарской области
(ГБОУ СОШ п. Масленниково)

Рассмотрено
на заседании
методического объединения.
Протокол № 1
от «23» августа 2021г.
Руководитель МО
В.В. Гомонов /Гомонов В.В./

Проверено.
Зам. директора по УВР
А.И. Имашева /Имашева А.С./
«25» августа 2021г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
4 класс
«Подвижные игры»
Направление «Спортивно - оздоровительное»
Срок реализации 1 год

2021год

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» для 1-4 классов составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного стандарта начального общего образования.

Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Подвижные игры в рамках внеклассной работы в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Они призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры.

Программа «Подвижные игры» формирует общеучебные умения и навыки у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными традициями и культурой.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

Целью рабочей программы является совершенствование двигательных умений и навыков младших школьников посредством подвижных и спортивных игр

Задачи

обучающие:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми, традициями, историей и культурой разных народов;
- обучить правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

развивающие:

- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения;

- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;
- проявлять инициативу;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- увеличивать функциональные возможности организма.

воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различными видами спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Место кружка в плане школы

Кружок входит во внеурочную спортивно-оздоровительную деятельность для решения задач воспитания и социализации детей.

Программа ориентирована на младших школьников и имеет общий объем 135ч. Соответственно: 1 класс – 33 часа. 2 класс – 34 часа. 3 класс - 34 часа. 4 класс – 34 часа.

Особенности программы

Программа рассчитана на четыре класса. В первом классе курс называется «Подвижные народные игры». Во втором классе называется «Динамические минутки». В третьем классе называется «Подвижный челночок». В четвертом классе называется «Игры народов мира».

Предлагаемая рабочая программа знакомит учащихся с играми русского народа, народов России, народов мира, спортивными играми, игровыми ситуациями.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до и после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которых дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

Программа содержит пояснительную записку, тематический план, содержание, список литературы. Календарно-тематическое планирование.

Планируемые результаты

Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при проведении игр, 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 игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по изучению игр 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.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;
- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр;
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

Оценка планируемых результатов

Текущая проверка возможна при проведении каждой игры. По итогам изучения каждого раздела проводится итоговое занятие в форме эстафеты, игры, соревнований. Это позволяет увидеть, насколько ученики научились играть, как они способны в разнообразной игровой обстановке применять умения и навыки в естественных видах движений.

Оцениваются:

- знание правил игры и умение соблюдать их в её процессе;
- умение целесообразно и согласованно действовать в игре;
- умение использовать в определённых игровых ситуациях знакомые двигательные действия.

Программа предполагает самостоятельную игровую деятельность учащихся, направленную на организацию и проведение соревнований и праздников по играм внутри класса, подвижных перемен, внутришкольных мероприятий с включением подвижных игр, где организаторами будут сами учащиеся.

Содержание программы
1 класс «Подвижные народные игры»
(33 часа)

№	Тема занятия	Содержание занятия
Народные игры		
1	Русская народная игра «У медведя во бору»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
2	Русская народная игра «Филин и пташка».	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.
3	Русская народная игра «Горелки».	Правила игры. Проведение игры.
4	Русская народная игра «Кот и мышь».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.
5	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	Правила игры. Проведение игры.
6	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Проведение игры. Эстафета.
7	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра».
8	Упражнения и игры на внимание	Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».
9	Игры на развитие памяти.	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».
10	Игры на развитие воображения.	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».
11	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай», «определим игрушку».
12	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	Игры «Баба Яга», «Три характера».
Подвижные игры		
13	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Правила игры. Строевые упражнения; перестроение.
14-15	Игра «Море волнуется – раз»	Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
16	Игра с мячом «Охотники и утки».	Комплекс ОРУ с мячом, строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.
17-18	Весёлые старты с мячом.	Гимнастические упражнения. Эстафеты.
19	Игра «Волк во рву»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.
20-21	Весёлые старты со скакалкой	Комплекс ОРУ со скакалкой.
22	Игра «Попрыгунчики-воробушки»	Правила игры. Проведение игры.
23	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.
24	Игра «Белки, волки, лисы».	Правила игры. Проведение игры.
25	Игра «Совушка».	Правила игры. Проведение игры.
26	Игра «Удочка»	Игры со скакалкой, мячом.
27	Игра «Перемена мест»	Построение. Строевые упражненияб перемещение.
28	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.

29	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.
30	Игра «Колечко»	Правила игры. Проведение игры.
31	Игра «Ручеек»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
32	Игра «Третий лишний»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра
33	Обобщающая эстафета	Проведение эстафеты.

2 класс «Динамические минутки»

(34 часа)

№	Тема занятия	Содержание занятия
Игры-эстафеты		
1	Введение. Основы знаний о народной подвижной игре	Что такое народная игра? Знакомство с историей народных подвижных игр.
2	Игра «Пятнашки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
3	Игра «Фанты»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
4	Игра «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
5	Игра «Лапта»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
Игры с мячом		
6	Игра «Штандр»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра с мячом.
7	Игра «Бег по кочкам»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра с мячом.
8	Игра «Не упусти мяч»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра с мячом.
9	Игра «Чемпионы малого мяча»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра с мячом.
Подвижные игры разных народов		
10	Игры русского народа. «Гуси-лебеди»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
11	Игры русского народа. «Обыкновенные жмурки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
12	Игры мордовского народа. «Котел»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
13	Игры мордовского народа. «Салки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
14	Игры белорусского народа. «Михасик»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
15	Игры белорусского народа «Прела-горела».	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
16	Игры татарского народа. «Серый волк»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
17	Игры татарского народа. «Скок-перескок»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
18	Игры народов Востока. «Скачки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
19	Игры народов Востока. «Собери яблоки».	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
20	Игры украинского народа. «Высокий дуб»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
21	Игры украинского народа. «Колдун».	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

22	Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
23	Игры азербайджанского народа «Отдай платочек».	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
24	Игры чувашского народа. «Хищник в море»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
25	Игры чувашского народа. «Рыбки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
26	Игры калмыцкого народа. «Альчики»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
27	Игры калмыцкого народа. «Забрасывание белого мяча»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра с мячом.
Подвижные игры		
28	Игра «Совушки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
29	Игра «Не оступись»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
30	Игра «Охотники и олени»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
31	Игра «День и ночь»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
32	Игра «Попади в ворота»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
33	Игра «Брось — поймай»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
34	Обобщающая эстафета	Проведение эстафеты

3 класс «Подвижный челночок» (34 часа)

№	Тема занятия	Содержание занятия
Подвижные игры		
1	Игра «Охотники и утки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
2	Игра «Третий лишний»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
3	Игра «Снайперы»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
4	Игра «Хлопки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
5	Игра «Рыбки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
6	Игра «Белые медведи»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
7	Игра «Два квадрата»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
8	Игра «Кружева»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
9	Игра «Дедушка-рожок»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
10	Игра «Не попадись»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
11	Игра «Свободное место»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
12	Игра «Пройди бесшумно»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
Зимние забавы		
13	Игра «Городки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.

		Игра.
14	Игра «Скатывание шаров»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра в снежки.
15	Игра «Гонки снежных комов»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Эстафета со снежными комьями.
16	«Клуб ледяных инженеров»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Изготовление ледяных фигур.
17	Строительные игры из снега	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Постройка крепости.
18	Эстафета на санках	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Эстафета на санках.
19	Лыжные гонки	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Эстафета на лыжах.
Хороводные игры		
20	Игра «Ясное золото»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
21	Игра «Плетень»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
22	Игра «Просо сеяли»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
23	Игра «Луг - лужочек»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
24	Игра «Заинька»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
25	Игра «Ручеёк»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
Русские народные игры		
26	Игра «Проводы берёзы»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
27	Игра «Бой крашенками»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
28	Игра «Шалочки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
29	Игра «Коробейники»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
30	Игра «Сказочница»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
31	Игра «Гусиное перо»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
32	Игра «Кошки-мышки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
33	Игра «Пчёлки и ласточки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
34	Обобщающая эстафета	Проведение эстафеты.

4 класс «Игры народов мира»

(34 часа)

№	Тема занятия	Содержание занятия
Игры народов Сибири и Дальнего Востока		
1	Историческое наследие игр. «Перетягивание каната».	Что такое народная игра? Знакомство с историей народных подвижных игр.
2	Игра «Борьба на палке»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
3	Игра «Куропатки и охотники»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
4	Игра «Здравствуй, догони!»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

5	Игра «Отбивка оленей»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
6	Игра «Ручейки и озера»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
7	Игра «Смелые ребята»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
8	Игра «Бег в снегоступах»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
9	Игра «Охота на куропаток»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
10	Игра «Успей поймать»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
11	Игра «Ловля оленей»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
12	Эстафеты, конкурсы, аттракционы.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
Игры народов Украины, Белоруссии		
13	Игра «Колдун»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
14	Игра «Иванка»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
15	Игра «Мельница»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
16	Игра «Заморозка»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
17	Игра «Колечко»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
18	Игра «Гуси летят»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
19	Игра «Сосед, подними руку»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
20	Игра «Посадка картошки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
21	Игра «Догони меня».	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
22	Итоговая эстафета.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
Игры народов Прибалтики		
23	Особенности игр народов Прибалтики. Игра «Сторож»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
24	Игра «Король мавров»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
25	Игра «Черное и белое»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
26	Игра «Кольцо»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
27	Игра «Птица без гнезда»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
28	Игра «Король зверей»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
29	Игра «Цветы»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
30	Игра «Ригу – рагу»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
31	Игра «Утро зайчика»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

32	Игра «Ловля хорька»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
33	Игра «Стая уток».	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
34	Обобщающая эстафета	Проведение эстафеты

Литература

1. Барканов, С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: Учебно-методическое пособие / С.В. Барканов – М.: Владос, 2001.
2. Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград. Учитель, 2007.
3. Богданов, Г.П. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом / Г.П. Богданов, О.У. Устенков – М., 1993.
4. Богданов, В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие / В.П. Богданов – М., 1990.
5. Гальцова, Е.А., Власенко, О.П. Спортивный серпантин. Сценарии спортивных мероприятий. Волгоград: Учитель, 2007.
6. Гордияш, Е.Л., Жигульская, И.В., и др. Физическое воспитание в школе. Волгоград: Учитель, 2008.
7. Горский, В.А. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное основное образование» под редакцией В.А. Горского, -2-е изд. – М., Просвещение 2011
8. Журнал «Физическая культура в школе»
9. Казин, Э.М. Физическое развитие личности в воспитательно-образовательном процессе школы. Кемерово. 2005.
10. Кенеман, А.В. Детские подвижные игры народов СССР / А.В. Кинеман - М.: Просвещение, 1988г.
11. Кузнецов, В.С., Колодницкий, Г.А. «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами». Методическое пособие. М., НЦ ЭНАС. 2002.
12. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Русской, Л.В. М., Просвещение. 1986г.
13. Патрикеев, А.Ю. «Подвижные игры» 1-4 классы. Учебно-методическое пособие. М., ВАКО. 2007г.
14. Пензулаева, Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет». М., Владос, 2001г.
15. Сайт о русских народных играх. – <http://www.glee.ru>.
16. Степанов, П.В., Сизяев, С.В., Сафронов Т.Н. программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность Спорттивно-оздоровительная деятельность. М., Просвещение, 2011.
17. Яковлев, В.Г. Подвижные игры / В.Г. Яковлев. М.: Просвещение, 1992.