

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №11»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия №11»
_____ Г.А.Симахина
Приказ №98
от «30» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
кружка «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»
2023-2024 учебный год
1 «Д» класс**

Разработчик:
Козлова Ольга Ивановна,
учитель начальных классов,
первая квалификационная категория

| | | |
|---|---|---|
| Рассмотрена на заседании кафедры начального образования Протокол № 1 от «28» августа 2023г. | Согласована с заместителем директора по УВР _____ М.Л. Игнатова «29» августа 2023г. | Принята педагогическим советом Протокол № 1 от «30» августа 2023г. |
|---|---|---|

Бийск
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и материалов:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10. 2009 года № 373;
- Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия №11»;
- Плана внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия №11» на 2023-2024 учебный год;
- Положения о внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия №11»;
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

Рабочая программа рассчитана на 33 часа, реализуется в течение 33 учебных недель (1 час в неделю).

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

Задачи программы

Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов ЕАО.
- Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Программа направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной)

деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Раздел | Всего часов | ЭОР |
|----------|--------------------------------------|----------------|--|
| 1. | Здоровый образ жизни | 1 | <p>Образовательная социальная сеть https://nsportal.ru/</p> <p>Инфоурок https://infourok.ru/</p> |
| 2. | Здоровье в порядке- спасибо зарядке! | 1 | |
| 3. | Личная гигиена | 1 | |
| 4. | Профилактика травматизма | 4 | |
| 5. | Нарушение осанки | 2 | |
| 6. | Современные подвижные игры | 24 | |
| Итого | | 33 | |

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п\п | Сроки | Тема занятия | Виды деятельности | Форма занятия |
|-------|------------------|--|--|----------------------|
| 1. | 04.09 | Беседа. Здоровый образ жизни | <p>Познакомиться с понятием здоровый образ жизни, с правилами безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.</p> <p>Познакомиться с правилами поведения на занятиях подвижными играми, требованиями к обязательному их соблюдению.</p> <p>Познакомиться с формой одежды для занятий в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе.</p> <p>Познакомиться с понятием «личная гигиена», обсудить положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека.</p> <p>Познакомиться с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, установить время их проведения в режиме дня; познакомить с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсудить её отличительные признаки.</p> <p>Познакомиться с возможными причинами нарушения осанки и способами её профилактики.</p> | Мини-проект |
| 2. | 11.09 | Здоровье в порядке – спасибо зарядке! | | Презентация |
| 3. | 18.09 | Личная гигиена | | Соревнование |
| 4. | 25.09 | Профилактика травматизма | | Образно-ролевая игра |
| 5. | 02.10 | Нарушение осанки | | Мини-проект |
| 6. | 09.10 | Современные подвижные игры. «Мяч по кругу» | | Соревнование |
| 7. | 16.10 | Игра «Поймай рыбку» | | Подвижная игра |
| 8. | 23.10 | Игра «Цепи кованы» | | Подвижная игра |
| 9. | 06.11 | Профилактика травматизма | | Беседа |
| 10. | 13.11 | Игра «Змейка на асфальте» | | Подвижная игра |
| 11. | 20.11 | Подвижная игра «Бег с шариком» | | Подвижная игра |
| 12. | 27.11 | Игра «Нас не видно и не слышно» | | Подвижная игра |
| 13. | 04.12 | Игра «Третий лишний» | | Подвижная игра |
| 14. | 11.12 | Игра «Ворота» | | Подвижная игра |
| 15. | 18.12 | Игра «Чужая палочка» | | Подвижная игра |

| | | | | |
|-----|-------|-------------------------------------|---|----------------------|
| 16. | 25.12 | Игра «Белки, шишки и орехи» | <p>Определить целесообразность использования физических упражнений для профилактики нарушения осанки.</p> <p>Разучить считалки для проведения совместных подвижных игр; использовать их при распределении игровых ролей среди играющих; разучить игровые действия и правила подвижных игр.</p> <p>Учиться самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам).</p> <p>Играть в разученные подвижные игры.</p> | Подвижная игра |
| 17. | 15.01 | Профилактика травматизма | | Презентация |
| 18. | 22.01 | Нарушение осанки | | Сюжетно-ролевая игра |
| 19. | 29.01 | Игра «След в след» | | Подвижная игра |
| 20. | 05.02 | Эстафета | | Соревнование |
| 21. | 19.02 | Игра «Мишень» | | Подвижная игра |
| 22. | 26.02 | Подвижная игра «С кочки на кочку» | | Подвижная игра |
| 23. | 04.03 | Игра «Без пары» | | Подвижная игра |
| 24. | 11.03 | Игра «Веревочка» | | Подвижная игра |
| 25. | 18.03 | Игра «Плетень» | | Подвижная игра |
| 26. | 01.04 | Профилактика травматизма | | Мини-проект |
| 27. | 08.04 | Игра «Кто больше?» | | Подвижная игра |
| 28. | 15.04 | Подвижная игра «Успевай, не зевай» | | Подвижная игра |
| 29. | 22.04 | Игра «День и ночь» | | Подвижная игра |
| 30. | 29.04 | Подвижная игра «Наперегонки парами» | | Подвижная игра |

| | | | |
|----------------|-------|------------------------------------|----------------|
| 31. | 06.05 | Подвижная игра «Ловушки-перебежки» | Подвижная игра |
| 32. | 13.05 | Игра «Вызов номеров» | Подвижная игра |
| 33. | 20.05 | Игра «Хвостики» | Подвижная игра |
| Итого: 33 часа | | | |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1 Здоровый образ жизни – 1ч

Беседа о здоровом образе жизни.

Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке! – 1ч

Комплекс упражнений утренней гимнастики.

Тема 3 Личная гигиена – 1ч

Что такое гигиена. Правила личной гигиены.

Тема 4 Профилактика травматизма – 4ч

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.

Тема 5 Нарушение осанки – 2ч

Упражнения для укрепления осанки.

Тема 6 Современные подвижные игры – 24 ч

«Мяч по кругу», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте», «Бег с шариком», «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний», «Ворота», «Чужая палочка», «Белки, шишки и орехи», «След в след», Эстафета, « Мишень», «С кочки на кочку», «Без пары», «Веревочка», «Плетень», 27 «Кто больше», «Успевай, не зевай», «День и ночь», «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки», «Вызов номеров», игра Хвостики

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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 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.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

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;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности
Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- викторины;
- конкурсы;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Мячи

Обручи

Скакалки

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

| № п\п | Класс | Дата и тема по рабочей учебной программе | Дата и тема с учетом корректировки | Причина корректировки | Форма корректировки | Согласование с курирующим заместителем директора |
|-------|-------|---|--|--|----------------------------------|--|
| 1 | 1Б | 05.09 Беседа. Здоровый образ жизни 12.09 Здоровье в порядке – спасибо зарядке! | 26.09 Беседа. Здоровый образ жизни. Здоровье в порядке – спасибо зарядке! | Положение о внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия № 11» | Укрупнение дидактической единицы | |
| 2 | 1Б | 19.09 Личная гигиена 26.09 Профилактика травматизма | 03.10 Личная гигиена. Профилактика травматизма | Положение о внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия № 11» | Укрупнение дидактической единицы | |
| 3 | 1Б | 03.10 Нарушение осанки 10.10 Современные подвижные игры. «Мяч по кругу» | 10.10 Нарушение осанки. Современные подвижные игры. «Мяч по кругу» | Положение о внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия № 11» | Укрупнение дидактической единицы | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

