

Приложение к ООП НОО МАОУ СОШ № 17 города Липецка

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
спортивно-оздоровительной направленности
для учащихся 1-3-х классов.**

2018/2019 уч.год.

1. Планируемые результаты освоения программы по курсу «Подвижные игры».

Личностные УУД:

- снижение заболеваемости;
- формировать физические качества;
- воспитывать культуру общения;
- воспитывать любовь и уважение к окружающим;
- сблизить и сплотить детский коллектив;
- развивать самооценку у младших школьников;
- научить анализу собственных действий и поступков;
- научить планированию действий;
- развивать устную речь учащихся;
- развивать творческие способности;
- привить интерес к чтению дополнительной литературы и публикаций;
- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий.

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить работать по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;
- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- проверить умение самостоятельно выбирать нужную информацию.
- учиться определять цель деятельности с помощью учителя;
- учиться совместно давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;
- учиться отличать верно выполненное задание от неверного;
- делать предварительный отбор подвижных игр;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные УУД:

- проверить умение оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций, высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновывать, приводя аргумент;
- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

1. осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
2. социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

Предметные.

К концу 1-го класса:

Иметь представление о двигательном режиме первоклассника;

Знать:

- причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;
- правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);
- не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Уметь:

- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

- выполнять правила игры;

- демонстрировать позитивное отношение к участникам игры.

К концу 2-го класса:

Учащиеся должны иметь представление:

1. о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

2. о режиме дня и личной гигиене;

3. о способах изменения направления и скорости движения;

4. о народной игре как средстве подвижной игры;

5. об играх разных народов;

6. о соблюдении правил игры.

уметь:

1. выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

2. выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

3. играть в подвижные игры;

4. выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

5. выполнять строевые упражнения;

6. соблюдать правила игры.

К концу 3-го класса:

учащиеся научатся:

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации;

- самим 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;

- оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Будут знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;

- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;

- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Будут уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

2. Содержание программы по курсу «Подвижные игры».

1 класс

1. 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, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. 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.

3. Подвижные игры.

«Медведь спит», «Весёлая скакалка», «Снип–Снап», «Быстрая тройка», «Хвостики», «Паровоз», «Игра белок», «Разведчики» и др.

2 класс

1. Техника безопасности - 6 часов

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима - лето». ТБ при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву». ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву». ТБ при подвижных играх «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».

2. Беседы - 3 часа

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

3. Игры - 61 часов

«К своим флажкам», «Запрещенные движения». «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». «Фигуры», «Флюгер». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир», «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место, «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», Пчелки». «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Волк во рву», «Пустое место».

«Воробушки», Берегись Буратино». «Зима - лето», «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир», «День и ночь», «Воробьи вороны». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Колдунчик», «Салки выручали». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето». «Полоса препятствий». «День ночь», «Мы веселые ребята». «Волк во рву», «Пустое место». «Зима - лето», «Космонавты». Веселые эстафеты с мечами. «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».

Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель». Веселые эстафеты на свежем воздухе. «Волк во рву», «Пустое место». «Класс смирно», «Веселые старты» «К своим флажкам», «Два мороза». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «День и ночь», «Воробьи вороны». «Воробушки», Берегись Буратино» Веселые старты с баскетбольными мячами «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты, Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры с мячом и обручем. Игры со скакалками.

3 класс

1. Бессюжетные игры (9 ч.)

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

2. Игры-забавы (7 ч.)

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

3. Народные игры (8 ч.)

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

4. Любимые игры детей (10 ч.)

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой

ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

3. Тематическое планирование курса «Подвижные игры»

в 1 классе.

(1 час в неделю, 33 ч.)

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1	Мир движений. «Игра белок», «Разведчики», «Щенок»	1
2	Красивая осанка. «Хвостики». «Паровоз»	1
3	Учись быстроте и ловкости. «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»	1
4	Сила нужна каждому. «Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками»	1
5	Ловкий. Гибкий. «Снип – Снап», «Быстрая тройка»	1
6	Весёлая скакалка. «Медведь спит, «Весёлая скакалка»	1
7	Сила нужна каждому. «Очистить свой сад от камней»	1
8	Развитие быстроты. «Командные салки», «Сокол и голуби»	1
9	Кто быстрее? «Найди нужный цвет», «Разведчики»	1
10	Скакалочка- вырuchалочка. «Удочка с приседанием»,	1
11	Ловкая и коварная гимнастическая палка. «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»	1
12	Команда быстроногих «Гуси – лебеди». «Лиса и куры»,	1
13	Выбираем бег. «Кто быстрее?», «Сумей догнать»	1
14	Метко в цель. «Метко в цель», «Салки с большими мячами»	1
15	Путешествие по островам. «Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте»	1
16	Развиваем точность движений. «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот»	1
17	Горка зовёт. «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик»	1
18	Зимнее солнышко. Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик»	1
19	Зимнее солнышко. «Кто быстрее приготовиться»	1
20	Штурм высоты. «Штурм высоты»	1
21	Снежные фигуры. «Салки»	1
22	Закрепление. Игры на свежем воздухе. «Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся	1
23	Мы строим крепость. «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся	1
24	Мы строим крепость. Игры по желанию учащихся	1
25	Игры на снегу. «Горелки». Игры по желанию учащихся	1
26	Удивительная пальчиковая гимнастика. «Метание в цель», «Попади в мяч»	1

27	Развитие скоростных качеств. «Быстро в строй», командные «колдунчики»	1
28	Развитие выносливости. «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лошадки»	1
29	Развитие реакции. «Пустое место», «Часовые и разведчики»	1
30	«Удочка». «Удочка», «Не урони мяч»	1
31	Прыжок за прыжком.	1
32	Мир движений и здоровья. «Хвостики», «Падающая палка»	1
33	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. «Точный поворот», «Второй лишний». «Если бы ноги стали руками»	1

**Тематическое планирование курса «Подвижные игры» во 2 классе.
(1 час в неделю, 34 часа)**

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	1
2.	Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».	1
3.	Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	1
4.	Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».	1
5.	Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».	1
6.	«Берегись, Буратино», «Жмурки».	1
7.	«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».	1
8.	Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся»	1
9.	Веселые эстафеты с предметами.	1
10.	«Пустое место, «Кот идет».	1
11.	«Птица без гнезда», «Быстро по местам».	1
12.	ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима-лето».	1
13.	«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.	1
14.	«Летучие рыбки», «Пчелы и медвежата», «Жмурки».	1
15.	«Светофор», «Гуси – лебеди».	1
16.	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».	1
17.	Беседа. Закаливание организма. «Кошки мышки».	1
18.	«Воробушки», Берегись Буратино».	1
19.	ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».	1
20.	«Летает - не летает», «Статуя».	1
21.	«Кот идет», «Товарищ командир»	1

22.	Полоса препятствий. «День ночь», «Мы веселые ребята».	1
23.	Веселые эстафеты с мячами.	1
24.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Игры на свежем воздухе «Два мороза».	1
25.	ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву».	1
26.	Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель».	1
27.	Веселые эстафеты на свежем воздухе.	1
28.	«Класс смирно», веселые старты.	1
29.	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».	1
30.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».	1
31.	Веселые старты с баскетбольными мячами.	1
32.	Игры на свежем воздухе «Зайцы, сторож и жучка»	1
33.	Игры с мячом и обручем. Игры со скакалками.	1
34.	Беседа «Где можно и где нельзя играть летом»	1

**Тематическое планирование курса «Подвижные игры»
в 3 классе.**

(1 час в неделю, 34 ч.)

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
Бессюжетные игры (9ч)		
1	«Вороны и воробьи»	1
2	«Ловишки - перебежки»	1
3	«Паровозик»	1
4	«Белые медведи»	1
5	«На одной ноге»	1
6	«Петушиный бой»	1
7	«Веселый бег»	1
8	«Попади в след»	1
9	Игры по выбору	1
Игры-забавы (7ч.)		
10	«Охота на тигра»	1
11	«Донести рыбку»	1
12	«Черепаша-путешественница»	1
13	«Собери орехи»	1
14	«Повяжу я шелковый платочек»	1
15	«Дриблинг»	1
16	«Пролезь сквозь мешок»	1
Народные игры (8 ч.)		
17	Русская народная игра «Краски»	1

18	Русская народная игра «Стадо»	1
19	Таджикская народная игра «Горный козел»	1
20	Украинская народная игра «Хлебец»	1
21	Чеченская народная игра «Игра в башню»	1
22	Дагестанская народная игра «Достань шапку»	1
23	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	1
24	Казахская народная игра «Конное состязание»	1
Любимые игры детей (10 ч.)		
25	«Увернись от мяча»	1
26	«Сильный бросок»	1
27	«Космонавты»	1
28	«Второй лишний»	1
29	«Два мороза»	1
30	«Большой мяч»	1
31	«Шлепанки»	1
32	«Прятки»	1
33	«Из круга выбивало»	1
34	Игры по выбору	1