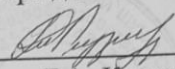


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4» г. Щучье
641029, Курганская область, Щучанский район, г. Щучье, п. Плановый, ул. Школьная, 1 А
Сайт: <http://school4shuche.rusedu.net/> e-mail: ya.school4@yandex.ru

Рассмотрена на МС
Пр. № 1 от «17» 08 2020 г.

Утверждаю.
Директор школы .
Т.А. Кузьмина
Приказ № 40 от «31» 08 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Подвижные игры»
для обучающихся 7-11 лет**

Автор составитель: Лыкова П.С.,
учитель физической культуры.

Щучье, 2020

Пояснительная записка

Данная программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта среднего общего образования, на основе комплексной программы физического воспитания (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич).

1 Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ МОиН РФ от 6 октября 2009 года № 373 п. 19-7).

2 Основой образовательной программы начального общего образования МКОУ <СОШ № 4> г. Щучье.

Общая характеристика

Подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Правильно организованный игровой двигательный режим укрепляет здоровье, дает возможность добиться значительного улучшения показателей психофизической подготовленности учащихся, и, что особенно важно, благодаря ему физические способности детей развиваются гармонично.

Подвижные игры, включающие выполнение каких-либо физических упражнений (бег, удары, прыжки) в ответ на следующие друг за другом сигналы, могут эффективно использоваться для развития реактивности, резкости (способности быстро напрягать мышцы), быстроты (способности ускорять быстрое суставное движение).

К формам проведения подвижных игр относятся:

- командные игры, преимущественно коллективные,
- бессюжетные подвижные игры,
- подвижные игры с элементами соревнования,
- игры большой, малой и средней подвижности.

Подвижные игры обладают еще одним достоинством: играющие в зависимости от уровня физической подготовки сами регулируют интенсивность нагрузок, выбирая моменты для отдыха. Существует и негативная особенность подвижных игр. Их соревновательный характер приводит к значительному эмоциональному накалу, мобилизации всех сил и повышению работоспособности, играющие увлекаются и забывают об усталости. Хотя развитие выносливости и предполагает наступление

утомления, но руководитель должен по внешним признакам не допускать его крайних форм и вовремя снизить интенсивность и объем нагрузок.

Подвижные игры – хороший активный отдых после длительной умственной деятельности, поэтому они уместны на школьных переменах, по окончании уроков в группах продленного дня или дома, после возвращения из школы.

Ценностные ориентиры

1. Подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка, игра в команде.

2. Многообразие двигательных действий, входящих в состав спортивных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей).

3. 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-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

Цель программы: содействие укреплению и сохранению здоровья школьников.

Задачи программы:

1. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; развитию психических процессов и свойств личности,
2. Укреплять здоровье обучающихся через игровую деятельность.

Ожидаемые результаты реализации программы

В результате обучений ученики должны познакомиться с подвижными играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Универсальными компетенциями:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её 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:

- 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.

Метапредметными результатами:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий спортивными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Сроки реализации образовательной программы

Программа курса рассчитана на 2 года обучения, предназначена для детей в возрасте от 7 до 10 лет.

Общее количество часов – 34 часа

Количество часов в год 1 год -17 часа, второй год – 17 ч.

Недельная нагрузка - 0,5 часа в неделю.

Способы проверки планируемых результатов освоения программы

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере,
- начать создание картотеки подвижных игр (с привлечением не только обучающихся, но и их родителей).

Планируемые результаты освоения программы

Первый уровень воспитательных результатов (приобретение школьниками социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни)

обеспечивается формой игры с ролевым акцентом: приобретение школьниками знаний о здоровом образе жизни, о спортивных играх, о способах организации досуга, о способах организации коллективной деятельности.

Второй уровень воспитательных результатов – формирование у школьников позитивных отношений к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом. Развитие ценностных отношений школьников к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к другим людям, к труду.

Третий уровень воспитательных результатов - является социально-моделирующая игра, образовательной формой в которой возможно получение школьниками в игровой деятельности опыта самостоятельного общественного действия. Приобретение школьниками опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве, опыта заботы о младших и организации их досуга, опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

Календарно – тематическое планирование

и содержание деятельности

1 год обучения

* Универсальные учебные действия:

К. – коммуникативные,

Р.- регулятивные,

П. – познавательные.

| Неделя | Кол – во часов | Тематика занятий | Универсальные учебные действия |
|---------------|-----------------------|--|--|
| 1. | 1 ч. | Ознакомление с особенностями подвижных игр «Снайпер» Совершенствование разученных игр «Снайпер» | *К: слушать и понимать, совместно договариваться о правилах общения. Прием и передача мяча, Подача. |
| 2. | 1 ч. | Ознакомление «Пятнашки» Совершенствование подвижных игр «Пятнашки» | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать |
| | | | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать |
| 3. | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Стрельба в мишень», ее разучивание. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать речь других. |

| | | | |
|----|------|---|---|
| 4. | 1 ч. | Разучивание игры «Самый ловкий и умелый», «Кто быстрее». | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: совместно договариваться о правилах общения. |
| 5. | 1 ч. | Знакомство с особенностями спортивной игры: «Посадка картошки», ее разучивание. | *К: совместно договариваться о правилах общения. |
| 6. | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Эстафета» | *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 7. | 1 ч. | Знакомство с особенностями спортивной игрой «Фригеймс» | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе. |
| 8. | 1 ч. | Знакомство с спортивными игр «Гуси лебеди», Вороны и воробы» | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 9. | 1 ч. | Знакомство с особенностями спортивной игры Американский футбол» | *К: учиться выполнять различные роли в группе *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 10 | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Лыжные гонки» | *К: учиться выполнять различные роли в группе. *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 11 | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Лапта» | *К: учиться выполнять различные роли в группе *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 12 | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Веселые стары» | *К: учиться выполнять различные роли в группе. *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 13 | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Царь горы» | *К: учиться выполнять различные роли в группе *К: учиться выполнять различные роли в группе |

| | | | |
|-----|------|--|---|
| 14. | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Разбойники», Воздушный шарик». | *К: учиться выполнять различные роли в группе. *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 15 | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Пейнтбол», «Два Мороза» | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 16. | 1 ч. | Знакомство с особенностями Городошного спорта» | *К: учиться выполнять различные роли в группе. *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 17. | 1 ч. | Знакомство с особенностями «Мини футбол» | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя *К: учиться выполнять различные роли в группе |

2 год обучения

| № п/п | Кол-во часов | Название тем | Универсальные учебные действия |
|-------|--------------|---|---|
| 1 | 1 | Введение | *К: учиться выполнять различные роли в группе. *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 2 | 1 | Подвижные игры, Лабиринт, борьба за мяч, Горячая картошка. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 3 | 1 | История возникновения подвижных игр. Линейная эстафета с бегом. | *К: слушать и понимать речь других; учиться выполнять различные роли в группе; |

| | | | |
|----|---|--|---|
| | | | совместно договариваться о правилах общения. |
| 4 | 1 | Техника безопасности на спортивной игре Пауэрлифтинг. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать речь других. |
| 5 | 1 | Правила игр и техника безопасности в играх. Бездомный заяц, Пассажиры – билетки. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать речь других. |
| 6 | 1 | Техника безопасности на занятиях Зоопарк, Летучий голландец. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: слушать и понимать речь других. |
| 7 | 1 | Спортивная безопасность в игре вредный хвостик, меткий футболист. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: совместно договариваться о правилах общения. |
| 8 | 1 | Волшебные ворота | *К: совместно договариваться о правилах общения. |
| 9 | 1 | Техника безопасности на занятиях. Дартс | *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 10 | 1 | Правила игр и техника безопасности в играх . Всадники и мины. | *К: учиться выполнять различные роли в группе. |
| 11 | 1 | Штурм зимнего бастиона. Салки со снежками. | *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 12 | 1 | р/к История возникновения спортивной игры по футболу | *Р: учиться самоконтролю выполняемой деятельности. |
| 13 | 1 | р/к Техника безопасности на занятиях. Бег на выдохе. Аленушка и Иванушка. | *К: учиться выполнять различные роли в |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | | | группе. |
| 14 | 1 | р/к Правила игр и техника безопасности в играх. Перетягивания каната. | *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 15 | 1 | Правила игр и техника безопасности в играх. Не давай мяч водящему. Охотники и утки. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя. *К: учиться выполнять различные роли в группе. |
| 16 | 1 | Лапта. | *К: учиться выполнять различные роли в группе |
| 17 | 1 | Перетягивание через черту. Пятнашки с маршем. Прыгуны и пятнашки. Самостоятельный поиск игр детьми. | *П: отличать новое от уже известного с помощью учителя *К: учиться выполнять различные роли в группе |