

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛА ЭНМЕЛЕН»
689275 Чукотский автономный округ, Провиденский городской округ, с. Энмелен, ул. Н-Чирикова, 9
тел./факс: 8(427-35) 29-249 e-mail: school-enmelen@yandex.ru

Согласовано
Заместитель директора по УР
И.А. Герасимова
17.08.2023 г.

Утверждено
Приказ №01-02-од
от 17.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО НАПРАВЛЕНИЮ
«Подвижные игры»
для обучающихся 3-4 класса

Составил: учитель начальных классов I категории
Севостьянова Н. И.

Энмелен
2023год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 3 класса составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального образования, основной образовательной программой МБОУ «ООШ с Энмелен» Провиденского городского округа ЧАО

Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 3 класса (8 – 11 лет).

Сроки реализации.

Программа рассчитана на 1 года. Курс включает 68 занятия, два занятия в неделю.

Ожидаемые результаты.

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.
- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.
- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.
- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;

Личностные результаты

- Оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- Умение выражать свои эмоции;
- Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий во время занятия;
- Учиться работать по определённому алгоритму.

Познавательные УУД:

- Умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- Умение оформлять свои мысли в устной форме;
- Слушать и понимать речь других;
- Договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- Учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя)

Формы подведения итогов реализации программы.

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;

• открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.
Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- спортивный праздник «Богатырские потешки»

Содержание программы. 3класс (68 занятия)

Игры с бегом (9 часов)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом (11 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»

Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Игры с прыжками (9 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (9 часов)

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
 - Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
- Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

Зимние забавы (10 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».
- Игра «Весёлые старты» на снеговой площадке

Эстафеты (10 часов)

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».
- Эстафеты «Лёгкоатлетическая», «Палочка под ногами».

Народные игры (10 часов)

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Чукотские игры «Ловкий оленевод», «Олени и пастухи»
- Разучивание народных игр. Рус.нар. игры «Гуси - лебеди», «Горелки»
- Разучивание народных игр. Тадж. нар. игра «Горный козел»
- Разучивание народных игр. Чеченская нар. игра «Игра в башню»
- Разучивание народных игр. Укр. нар. игра «Хлебец»
- Разучивание народных игр. Дагест. нар. игра «Достань шапку»
- Разучивание народных игр. Бурятская нар. игра «Волк и ягнята»

Тематический план 3 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Общее кол-во ч.	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	9ч.	1 ч.	8 ч.
2.	Игры с мячом.	11 ч.	1 ч.	10 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	9 ч.	1 ч.	8 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	9 ч.	1 ч.	8 ч.
5.	Зимние забавы.	10 ч.	1 ч.	9 ч.

6.	Эстафеты.	10 ч.	1 ч.	9 ч.
7.	Народные игры	10ч.	1 ч.	9 ч.
Итого:		68 ч.	7 ч.	61 ч.

Календарно-тематическое планирование 3-4 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
Игры с бегом (9 часов)		
1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.	1
2-3	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».	2
4-5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»	2
6-7	Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»	2
8-9	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»	2
Игры с мячом (11 часов)		
10	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	1
11-12	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»	2
13-14	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	2
15-16	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	2
17-18	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель».	2
19-20	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Русская лапта»	2
Игры с прыжками (9 часов)		
21	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.	1
22-23	Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	2
24-25	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	2
26-27	Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».	2
28-29	Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	2
Игры малой подвижности (9 часов)		
30	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	1

31-32	Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».	2
33-34	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»	2
35-36	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	2
37-38	Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»	2
	Зимние забавы (10 часов)	
39	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	1
40-41	Игра «Строим крепость».	2
42-43	Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткий стрелок».	2
44	Игра «Лепим снеговика».	1
45	Игра «Соревнования саночников»	1
46	Игра «Санные эстафеты»	1
47-48	Игра «Весёлые старты» на снеговой площадке	2
	Эстафеты (10 часов)	
49	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.	1
50-51	Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	2
52-53	Эстафеты «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	2
54-55	Эстафеты «Челночный бег», «По цепочке».	2
56-57	Эстафеты «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	2
58	Эстафеты «Лёгкоатлетическая», «Палочка под ногами».	1
	Народные игры (10 часов)	
59	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.	1
60-61	Разучивание народных игр. Чукотские игры «Ловкий оленевод», «Олени и пастухи»	2
62-63	Разучивание народных игр. Рус.нар. игры «Гуси - лебеди», «Горелки»	2
64	Разучивание народных игр. Тадж. нар. игра «Горный козел»	1
65	Разучивание народных игр. Чеченская нар. игра «Игра в башню»	1
66	Разучивание народных игр. Укр. нар. игра «Хлебец»	1
67	Разучивание народных игр. Дагест. нар. игра «Достань шапку»	1
68	Разучивание народных игр. Бурятская нар. игра «Волк и ягнята»	1

Материально – техническое обеспечение программы: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

Методическое обеспечение программы: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

Приёмы и методы

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности : игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преимущественно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Список литературы:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВАКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры», 1999 г