

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Анжеро-Судженского городского округа
«Основная общеобразовательная школа № 38»

Приложение к ООП НОО
приказ от 27.08.2021 № 134

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»
(спортивно – оздоровительное направление)

Срок реализации – 4 года

Составитель:
Шмидт И.В.,
учитель начальных классов

Анжеро-Судженск, 2021

Содержание

- | | |
|---|----|
| 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности | 3 |
| 2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности | 5 |
| 3. Тематическое планирование | 11 |

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

5) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

6) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

7) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

8) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Форма организации курса внеурочной деятельности: кружок.

1 год обучения

Тема 1. Знакомство с программой

Инструктаж по ТБ во время проведения игр. Беседа о здоровом образе жизни.

Формы организации: беседа.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение.

Тема 2. Игры на релаксацию

«Дождь», «Опенок», «Плетень», «Качели», «Самокат», «Мячик», «Песенка мартышки».

Формы организации: ролевая игра, практико – ориентированное упражнение.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение, игровая.

Тема 3. Простые игры с мячом

«Охотники и утки», «Круговой мяч», «Столбы», «Попади в цель», «Не опоздай», «Перестрелка», «Мяч по кругу», «Лапта».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение, игровая.

Тема 4. Игры родного края

«Рыбаки с мячом», «Казачата», «Свали початок», «Кругосветка».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение, игровая.

Тема 5. Спортивные подвижные игры

«Квадраты», «Снайпер», «Чижик», «Перебежки», «Стоп», «Добеги и убеги», «Круговая лапта», «Мяч капитану», «Мини-баскетбол», «Пионербол».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение, игровая.

Тема 6. Игры народов мира

«Над домом», «Народный мяч», «Один в круге», «Горящий мяч», «Вытеснение», «Африканский ручной мяч».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение, игровая.

Тема 7. Спортивные соревнования

Эстафета «Веселые старты».

Формы организации: практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

2 год обучения

Тема 1. Знакомство с программой

Инструктаж по ТБ во время проведения игр. Беседа о здоровом образе жизни.

Формы организации: беседа.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение.

Тема 2. Игры на релаксацию

«Противоположные движения», «Морские волны», «Твои сильные качества», «Письмо на ладони», «Таинственное письмо», «Телепатия», «Наводка».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 3. Простые игры с мячом

«Квинта», «Достань мяч», «Четверо в команде», «Школа мяча», «Народный мяч», «Одно касание», «Летающий мяч», «Вышибалы».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 4. Игры родного края

«Рыбаки с мячом», «Казачата», «Свали початок», «Кругосветка», «Золотые ворота», «Мышеловка», «Прятки», «Разбойники», «Качели».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 5. Игры народов мира

«Чехарда», «Жмурки», «Бег в мешках», «Данда», «Дракон», «Колечко», «Золотые ворота», «Не зазвени», «Волк и козлята», «Бояре».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 6. Игры на развитие физических качеств

«Стоп, машина!», «Укротитель диких зверей», «Зеленая ягодка, красная ягодка», «Веселые музыканты», «Почта», «Журавли-журавли», «Ласточки и мошки», «Сталкивание ладонями», «Тропинка – команда – кочки», «Мешочки», «Хищник», «Корзина с фруктами», «Совместные усилия», «Прыгающие воробышки», «Кто быстрее займет круг», «Дай руку», «Волк во рву», «Удержи веревочку», «Два медведя», «Колдунчики».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 7. Спортивные соревнования

Эстафета «Веселые старты».

Формы организации: практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

3 год обучения

Тема 1. Знакомство с программой

Инструктаж по ТБ во время проведения игр. Беседа о здоровом образе жизни.

Формы организации: беседа.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение.

Тема 2. Игры с бегом и прыжками

«Салки с мячами», «Уголки», «Ловкие и меткие», «Пятнашки», «Второй лишний», «Рыбачок», «Зайки», «У медведя во бору», «Невод», «Схвати», «Верёвочка», «Настроение», «Камешки», «Конспираторы».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 3. Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай

«Волк во рву», «Два Мороза», «День и ночь», «Движущаяся змейка», «Лапта», «Лабиринт», «Не ошибись», «Запрещенный цвет», «Дотронься до...», «Сторож», «Называя дни недели».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 4. Игры с сопротивлением и борьбой

«Бой петухов». «Коршун и наседка». «Бой на корточках», «Поймай последнего», «Разрывание цепи», «Перетягивание каната».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 5. Эстафетные игры

«Вызов номеров», «Снежные круги», «Западня», «Лохматый пёс», «Беги, подбери и скорее вернись!» «Встречная эстафета». Эстафеты с разными спортивными предметами (скакалки, мячи, обручи и т.д.).

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 6. Игры с метанием на дальность

«Снайперы», «Меткий охотник!», «Лапта», «Попади в цель», «Без промаха».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 7. Спортивные соревнования

Эстафета «Веселые старты».

Формы организации: практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

4 год обучения

Тема 1. Знакомство с программой.

Инструктаж по ТБ во время проведения игр. Беседа о здоровом образе жизни.

Формы организации: беседа.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение.

Тема 2. Игры с бегом и прыжками

«Прочитай следы», «Через цепь», «Бег за палками», «Палочка-выручалочка», «Игра с флажком», «Перекинь через убегающего», «Весёлые старты», «Флаг на башне», «Повтори-ка», «Кто быстрее дойдёт до середины», «Надень кольцо», «Хлопки».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: познавательная, досуговое общение, игровая.

Тема 3. Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, звуковые сигналы, игры с короткими перебежками типа догоняй-убегай

«Шишки, желуди, орехи», «День и ночь».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 4. Игры с преодолением расстояний в кратчайший срок

Эстафеты с разными спортивными предметами.

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 5. Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера

«Сильный бросок», «Бой петухов», «Перетягивание через черту».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 6. Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями, чередуются с короткими паузами для отдыха, переходами от одних видов движений к другим

«Бег командами», «Не давай мяча водящему», «Перетягивание каната».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 7. Игры с прыжками в высоту с места

«Удочка», «Веревочка под ногами», «Выше ноги от земли», «Прыжок за прыжком», «Прыжки на короткой и длинной скакалке».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 8. Игры с предметами, мячами. С использованием гимнастических снарядов

«Тяни в круг», «Кто сильнее», «Выталкивание с круга», «Перетягивание каната», «Встречная эстафета», «Эстафета по кругу», «Бег командами», «Колесо», «Подвижная цель», «Город за городом», «Мяч в центр», «Прыжки на короткой и длинной скакалке».

Формы организации: ролевая игра, практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

Тема 9. Спортивные соревнования

Эстафета «Веселые старты».

Формы организации: практико-ориентированное упражнение.

Виды деятельности: досуговое общение, игровая.

3. Тематическое планирование

1 год обучения

№	Название темы	Усвоение социально значимых знаний	Количество часов
1.	Знакомство с программой	6	1
2.	Игры на релаксацию	5	3
3.	Простые игры с мячом		5
4.	Игры родного края	3, 6	4
5.	Спортивные подвижные игры	5, 9	13
6.	Игры народов мира	6, 9	6
7.	Спортивные соревнования	5, 9	1
	Итого		33

2 год обучения

№	Название темы	Усвоение социально значимых знаний	Количество часов
1.	Знакомство с программой	6	1
2.	Игры на релаксацию	5	3
3.	Простые игры с мячом		5
4.	Игры родного края	3, 6	6
5.	Игры народов мира	6, 9	7
6.	Игры на развитие физических качеств	2	11
7.	Спортивные соревнования	5, 9	1
	Итого		34

3 год обучения

№	Название темы	Усвоение социально значимых знаний	Количество часов
---	---------------	------------------------------------	------------------

1.	Знакомство с программой	6	1
2.	Игры с бегом и прыжками		8
3.	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, звуковые сигналы, игры с короткими перебежками типа догоняй-убегай	2, 5	7
4.	Игры с сопротивлением и борьбой	5	5
5.	Эстафетные игры	5, 9	8
6.	Игры с метанием на дальность		4
7.	Спортивные соревнования	5, 9	1
	Итого		34

4 год обучения

№	Название темы	Усвоение социально значимых знаний	Количество часов
1.	Знакомство с программой	6	1
2.	Игры с бегом и прыжками	2, 5, 9	7
3.	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, звуковые сигналы, игры с короткими перебежками типа догоняй-убегай	2, 5, 9	3
4.	Игры с преодолением расстояний в кратчайший срок	2, 5, 9	4
5.	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	2, 5, 9	3
6.	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями, чередуются с короткими паузами для отдыха, переходами от одних видов движений к другим	2, 5, 9	3
7.	Игры с прыжками в высоту с места	2, 5, 9	5
8.	Игры с предметами, мячами с	2, 5	7

	использованием гимнастических снарядов		
9.	Спортивные соревнования	2, 5, 9, 10	1
	Итого		34

Примечание

Усвоение социально значимых знаний обеспечивается через реализацию календарного плана воспитательной работы (модуль «Курсы внеурочной деятельности»).

Социально значимые знания:

1. быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
2. быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
3. знать и любить свою Родину — свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;
4. беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
5. проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
6. стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
7. быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
8. соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
9. уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
10. быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать

самостоятельно, без помощи старших.