


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Приреченская средняя общеобразовательная школа»**

«Согласовано».

Заместитель директора по УВР

 Чугуевская Н.И.

«26» июня 2021



«Утверждаю».  
Микичур Л.Н.  
Директор МБОУ  
«Приреченская СОШ»  
Приказ №164-ос  
от «18» августа 2021.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ  
на 2021 – 2022 учебный год  
для обучающихся 1-2 классов**

Утюжников Станислав Сергеевич

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса «Подвижные игры» для 1-2-х классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2011 г.

**Цель курса:** удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности учащихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

### Описание места курса внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана на 1 год обучения для обучающихся 1-2 классов.

### Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это да-

ет возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учащихся, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего учащегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего потенциала.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

### **Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»**

#### **1-2 класс**

**Личностные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.

**Метапредметные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- 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;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- 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.

### Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### Содержание учебного предмета

#### 1-2 класс (34 часа)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	18
3	Эстафеты	8
	Итого	34

### Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры»

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Подвижная игра "Ловишки".	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну"	1	Игровое упражнение	
3	Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"	1	Игра малой подвижности	
4	Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка".	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	"Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".	1	Игровое упражнение	
6	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".	1	Игровое упражнение	
7	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".	1	Игровое упражнение	
8	Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо".	1	Игра малой подвижности	

9	Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает".	1	Игра малой подвижности	
10	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".	1	Игровое упражнение	
11	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	1	Игровое упражнение	
12	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок".	1	Игра малой подвижности	
13	Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".	1	Игра малой подвижности	
14	Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца".	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	Подвижная игра "Воробьи и кошка".	1	Игра малой подвижности	
17	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".	1	Игра малой подвижности	
18	Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".	1	Игра малой подвижности	
19	Веселые старты. Игра "Кто быстрее?".	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
20	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
21	Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".	1	Игра средней интенсивности	
22	Подвижная игра "Ключи".	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде».	
23	Подвижная игра "Хитрая лиса".	1	Игровое упражнение	
24	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	1	Игровое упражнение	
25	Подвижная игра "Кого называли, тот и ловит", "Летает, не летает".	1	Игровое упражнение	
26	Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".	1	Эстафета	

27	Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо".	1	Игра малой подвижности	
27	Подвижная игра "Воробьи и кошка"	1	Игра малой подвижности	
28	Подвижная игра "Мяч в воздухе".	1	Игра малой подвижности	
26	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?".	1	Игровое упражнение	
27	Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца".	1	Игровое упражнение	
27	Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок".	1	Игровое упражнение	
28	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".	1	Эстафета	
29-30	Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок".	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
31	Подвижная игра "Карусель»	1	Эстафета с мячом.	
32	Подвижная игра ""Волк на рву".	1	Игровое упражнение	
33	Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему".	1	Игра малой подвижности	
34	Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе".	1	Игровое упражнение	

**Описание материально-технического обеспечения реализации рабочей программы по внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

- Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е.)
- О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.
- Бревно гимнастическое напольное, козел гимнастический, канат для лазанья, перекладина гимнастическая (пристеночная), стенка гимнастическая, скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м), комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)
- Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
- Палка гимнастическая
- Скакалка детская, мат гимнастический, кегли, обруч детский
- Рулетка измерительная, набор инструментов для подготовки прыжковых ям

- Лыжи детские (с креплениями и палками)
- Щит баскетбольный тренировочный, сетка волейбольная

#### Список литературы

1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
2. Детские подвижные игры народов СССР Составители: А.В. Кенеман, под редакцией Т.И. Осокиной М.: Просвещение, 1989.
3. Есипова Наталья Николаевна. Русские народные игры [электронный ресурс] / Н.Н. Есипова. Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2013/01/19/russkie-narodnye-igry>
4. Комплексная программа физического воспитания, В.И. Лях, А.А. Здаевич, Москва, «Просвещение», 2007 г.
5. Энциклопедия традиционной молодежной игр Центральной России [Текст] / авт.-сост.: Е.А.Репринцева, И.В. Гороховская, И.П. Ильинская, Р.А. Ляхин, О.Г. Тихомирова. – Курск: Курск.гос.ун-т, 2011. – 263 с.