

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

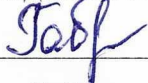
**Министерство образования Республики Башкортостан**

**Муниципальный район Баймакский район**

**НОШ д.Кугидель филиал МОБУ СОШ с.Билялово**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании ШМО



Габдраппитова Э.М.  
Протокол №1 от «14» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

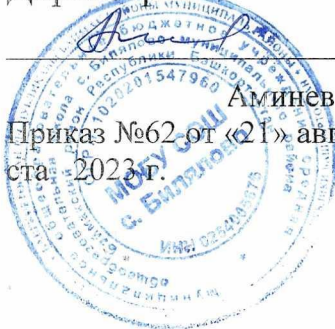
зам.директора по УВР



Мавлотсва М.М.  
Протокол №1 от «18» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор



Аминев А.И.  
Приказ №62 от «21» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Спортивные игры»**

для обучающихся 1-3 классов  
на 2023-2024 учебный год

**Кугидель 2023**

## **Пояснительная записка**

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.).

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, 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 дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, 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.

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 коррекционно-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 или продолжали существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

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

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников 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 детей;
- 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.

### **Общая характеристика курса**

Программа рассчитана на 66 часов в год – 1 классы; 68 часа в год – 2-4 классы, с проведением занятий 2 раза в неделю, продолжительность занятия 35-40 минут. Содержание занятий отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

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

Один час требуется для изучения содержания, техники, правил новой игры, а второй для её закрепления и свободного овладения.

*Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и заканчивая сложными салками, разные условия и разные правила.

*Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы.

*Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

### **Личностными результатами освоения курса**

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

## **Метапредметными результатами освоения курса**

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 определенному алгоритму;

### Познавательные УУД:

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

### Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

## **Планируемый результат:**

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

## **Содержание курса**

Курс «Подвижные игры» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности,

формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В “Кладовую подвижных игр” вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также 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.

**Ценностными ориентирами содержания** данного курса являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях

**Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

1. Раздел – «Русские народные игры», изучается с 1 по 4 класс.
2. Раздел – «Подвижные игры», изучается в 1-3-х классах.
3. Раздел – «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

***Цели изучения по каждому разделу***

**«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

### **«Игры народов России»**

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и другие физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

### **«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

### **«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

## **Тематическое планирование**

| <b>№ п/п</b>        | <b>Разделы</b> | <b>Кол.-во часов</b> |
|---------------------|----------------|----------------------|
| 1                   | Народные игры  | 8                    |
| 2                   | Подвижные игры | 17                   |
| 3                   | Эстафеты       | 8                    |
| 4                   | Резервный урок | 1                    |
| <b>Всего: 34 ч.</b> |                |                      |

## Календарно - тематическое планирование

(34 часа)

| №<br>п/п | Тема занятия            | Кол.-во<br>часов | Дата   |
|----------|-------------------------|------------------|--------|
| 1        | Гуси-лебеди             | 1                | 04.09. |
| 2        | У медведя во бору       | 1                | 11.09  |
| 3        | Филин и пташки          | 1                | 18.09  |
| 4        | Палочка- выручалочка    | 1                | 25.09  |
| 5        | Блуждающий мяч          | 1                | 02.10  |
| 6        | Классики                | 1                | 09.10  |
| 7        | Ловишка в кругу         | 1                | 16.10  |
| 8        | Пчелки и ласточки       | 1                | 23.10  |
| 9        | К своим флажкам         | 1                | 06.11  |
| 10       | Кот идет                | 1                | 13.11  |
| 11       | Северный и южный ветер  | 1                | 20.11  |
| 12       | Соревнования скороходов | 1                | 27.11  |
| 13       | Колдунчики              | 1                | 04.12  |
| 14       | Аисты                   | 1                | 11.12  |
| 15       | Пчелы и медведи         | 1                | 18.12  |
| 16       | Хитрая лиса             | 1                | 25.12  |
| 17       | Ловишки с приседаниями  | 1                | 15.01  |
| 18       | Переправа с досками     | 1                | 22.01  |
| 19       | Туннель                 | 1                | 29.01  |
| 20       | Собери урожай           | 1                | 05.02  |
| 21       | На погрузке арбузов     | 1                | 12.02  |
| 22       | Принеси мяч             | 1                | 19.02  |
| 23       | Успей перебежать        | 1                | 26.02  |
| 24       | С мячом                 | 1                | 04.03  |
| 25       | Весёлые старты          | 1                | 11.03  |
| 26       | Совушка                 | 1                | 18.03  |
| 27       | Мышеловка               | 1                | 01.04  |
| 28       | Пустое место            | 1                | 08.04  |
| 29       | Карусель                | 1                | 15.04  |
| 30       | Кто быстрее?            | 1                | 22.04  |
| 31       | Конники-спортсмены      | 1                | 29.04  |
| 32       | Лягушата и цыплята      | 1                | 06.05  |
| 33       | Карлики и великаны      | 1                | 13.05  |
| 34       | <i>1 резервн.</i>       | 1                |        |

### Список используемой литературы

- Антонова Ю.А. Лучшие спортивные игры для детей и родителей: Москва, 2006г.
- Богданова Г.И. Игры, праздники и развлечения для детей: « Владос», 2001г.
- Гриженя В. Подвижные игры. Спорт в школе. №4, 2006г.
- Коротков И.М. Спортивные игры в школе : Москва, «Просвещение», 1979г.
- Балясной Л.К., Сорокина Т.В. Воспитание школьников во внеучебное время : Москва, «Просвещение», 1980г.
- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Министерство образования РФ, 2004г.
- Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня : Москва, «Просвещение», 1983г.
- Степанова О.А. Игры и оздоровительная работа в начальной школе : «Творческий центр», 2003г.
- Орлов Р.В. Физическая культура и спорт на селе : Москва, 1970г.
- Дмитриев В.Н. Игры на свежем воздухе :Издательский дом МСГ, 1998г.
- Гришина Г.Н. Любимые детские игры : Москва, «Творческий центр», 1999г.
- <http://zloy-fizruk.narod.ru/ngame.html>
- <http://zloy-fizruk.narod.ru/ngame0002.html>
- <http://zloy-fizruk.narod.ru/ngame0007.html>
- <http://zloy-fizruk.narod.ru/ngame0001.html>
- <http://zloy-fizruk.narod.ru/ngame0003.html>
- <http://azbuka-igr.ru/category/world> game/armyanskie
- <http://azbuka-igr.ru/category/world> game/gruzinskie
- <http://azbuka-igr.ru/category/world> game/kabardino-balkarskie
- <http://azbuka-igr.ru/category/world> game/severo-osetinskie
- <http://azbuka-igr.ru/category/world> game/checheno-ingushskie
- <http://azbuka-igr.ru/category/world> game/kazachi



