



Министерство образования и науки Республики Бурятия
МБОУ «Бергойская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю:
« 08 » 08 2017 г.

Согласовано:
« 08 » 08 2017 г.

Рассмотрено:
« 08 » 08 2017 г.

Директор школы: Б.В.Надмитова

зам.директора по УВР: Д.С.Цыремпилова

на заседании МО: С.А.Ванданова

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»**

Рабочую программу составила: Олдобоева О.Б., учитель высшей квалификационной категории

Пояснительная записка.

Программа изучения курса «Подвижные игры» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Планируемые результаты:

Личностные результаты

- 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

- 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;

Место курса в учебном плане.

Программа рассчитана на 66 часов в 1 классе, 34 часа во 2-4 классах в год с проведением занятий 1 раз в неделю.

Содержание учебного курса

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.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры.

«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

«Подвижные игры» 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;

Формы занятий:

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

**Тематическое планирование
1класс**

№	Тема занятия	Кол- во	Дата проведения		Примечание
			По плану	фактически	

		часов			
Игры на взаимодействие между учащимися					
1	Игра «Гном, как тебя зовут»				
2	Игра «Водяной»				
3	Игра «Мы веселые ребята»				
4	Игра «Гуси- лебеди»				
5	Соревнование скороходов				
6	Игра «Волк во рву»				
7	Игра «К своим флажкам»				
8	Игры по выбору учащихся				
9	Эстафета с мячами				
10	игра «Птицы и клетка»				
11	игра «Угадай, кто»				
12	Игры по выбору учащихся				
Игры на развитие двигательных качеств					
13	Эстафета зверей				
14	Игры по выбору учащихся				
15	игра «Стой!»				
16	Игра «Веселые музыканты»				
17	игра «Совушка»				
18	Игры по выбору учащихся				

19	Игры по выбору учащихся				
20	Эстафета со скакалками				
21	Игра «Паровозик»				
22	Игры по выбору учащихся				
23	игра «Вышибалы»				
24	игра «Воробьи и вороны»				
25	игра «Салки»				
26	Повторение изученных игр				
27	Повторение изученных игр				
28	Эстафета «Кенгуру»				
29	игра «Симон говорит»				
30	игра «мишки и шишки»»				
31	игра «Медведь»				
32	Игры по выбору учащихся				
33	Игры по выбору учащихся				

Тематическое планирование (2 класс)

Тема занятия: Игры с элементами легкой атлетики (2 класс)					
№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	фактически	
Игры с элементами легкой атлетики					

1	«Осенний марафон»				
2	игра «Чай-чай выручай»				
3	игра «День и ночь»				
4	игра «Вызовы»				
5	игра «Гонка мячей по кругу»				
6	Прыжки в длину				
7	игра «Караси и щука»				
8	игра «Кто выше?»				
9	игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»				
10	игра «К своим флажкам»				
11	игра «Пустое место»				
Игры с элементами ритмической гимнастики					
12	игра ««Веселые ладошки»»				
13	игра «Веселый зоопарк»				
14	«Красивая спина»				
15	игра «Дружные ребята»				
16	игра «Веселый сапожок»				
17	"Непоседы"				
18	игра «Веселый сапожок»				
19	"Непоседы"				

20	"Непоседы"				
21	игра «Ритмическая мозаика»				
22	игра «Зайцы в огороде»				
<u>Подвижные игры</u>					
23	игры и эстафеты с мячами				
24	игра «Класс, смирно!»				
25	Броски мяча в корзину				
26	игра «Боулинг»				
27	игра «Картошка»				
28	Соревнование по прыжкам через скакалку				
29	игра «Веселые пингвинята»				
30	игра «Солнышко»				
31	Игры по выбору учащихся				
32	Игры по выбору учащихся				
33	игра «Защита укрепления»				
34	игра «Попади в цель»				

Тематическое планирование (3 класс)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	фактически	

Игры с элементами легкой атлетики					
1	Игра «Метатели»				
2	игра «Пустое место»				
3	игра « У ребят порядок строгий»				
4	игра «К своим флажкам»				
5	игра «Прыгающие воробушки»				
6	игра «День и ночь»				
7	«Прыжки по полосам»				
8	«Играй, играй, мяч не теряй»				
9	Прыжки в длину и высоту с прямого разбега				
10	игры на развитие скорости «Верхом на клюшке»				
11	Повторение изученных игр				
Игры с элементами ритмической гимнастики					
12	Игра «Исправь осанку»»»				
13	Упражнения на согласованность движений с музыкой				
14	Упражнения на согласованность движений с музыкой				
15	игра «Зайцы в огороде»				
16	игра «Верёвочка под ногами»				
17	игра «Ритмическая мозаика»				
18	игра «Перевозка груза»				

19	игра «Защита укрепления»				
20	игра «Дружные ребята»				
21	Игра "Непоседы"				
22	Повторение изученных игр				
<u>Подвижные игры</u>					
23	игры на внимание и быстроту «Поезд»				
24	игры с прыжками и бегом «Прыгуны и пятнашки»				
25	«Веселые старты» Старт группами Командный бег				
26	«Мини-футбол»				
27	игра «Веселые пингвинята»				
28	игра «Картошка»				
29	Соревнование по прыжкам через скакалку				
30	игра «Салки»				
31	Игры по выбору учащихся				
32	«Веселые старты» Старт группами Командный бег				
33	«Мини-футбол»				
34	Повторение изученных игр				

Тематическое планирование (4 класс)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	фактически	

Игры с элементами легкой атлетики					
1	Встречная эстафета. «Кто раньше»				
2	Встречная эстафета. «Волк и ягненок»				
3	Эстафета со скакалкой.				
4	игра «Смена номеров».				
5	Игровые упражнения с малыми мячами.				
6	Игра «Рыбная ловля»				
7	Игра «Перебежки»				
8	Игра «Волк во рву»				
9	Эстафета с мячами				
10	Игра «К своим флажкам»				
11	Повторение изученных игр				
Игры с элементами ритмической гимнастики					
12	игра «Воробьи и вороны»				
13	Элементы основной гимнастики (общеразвивающие, строевые и прикладные упражнения)				
14	Игра на развитие гибкости тела «Гимнасты»				
15	Игра «Прыгающие воробушки»				
16	Игра «Прыжки по полосам»				
17	Соревнование «Лабиринт»				

18	игра «Два мороза»				
19	Игры по выбору учащихся				
20	игра «Совушка»				
21	Игра «Паровозик»				
22	Повторение изученных игр				
<u>Подвижные игры с элементами спортивных игр</u>					
23	Игра "Снайперы"				
24	Игра "Перетягивание через черту"				
25	"Эстафета с лазаньем и перелезанием				
26	«Мини-футбол»				
27	Игра «Кто точнее?»				
28	игра «Картошка»				
29	Игра «День» и «Ночь»				
30	Эстафета с мячом Бег по линиям				
31	Игры по выбору учащихся				
32	«Пионербол»				
33	«Мини-футбол»				
34	Повторение изученных игр				

1. В.Ф. Феокистова «К здоровью через движение: рекомендации, развивающие игры, комплексы упражнений" Волгоград, Учитель, 2013 год