

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Управление образования тотемского муниципального района

Департамент образования Вологодской области

МБОУ "Тотемская СОШ № 2" "

РАССМОТРЕНО

педагогическим
советом МБОУ
«Тотемская СОШ №2»
от 28.08.2023 г. №1

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по УВР Поповой Л.Г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом
директора МБОУ
«Тотемская СОШ №2»
от 28.08.2023 г. №100

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

для 1-2 классов начального общего образования

на 2023-2024 учебный год

г. Тотма 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Цель и задачи программы

Цель программы внеурочной деятельности «Подвижные игры»: формирование умений и навыков повышения двигательной активности у обучающихся через активизацию интереса к учебному курсу, укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Цель конкретизирована следующими задачами:

- формирование у обучающихся умений и навыков в выполнении физических упражнений, направленных на укрепление их здоровья, профилактику заболеваний, вредных привычек;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование первоначальных умений саморегуляции;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

Особенности реализации программы воспитания внеурочной деятельности.

Количество часов и место проведения занятий.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 1х и 2х классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс -33 часа в год, 2 класс – 34 часа в год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

В ходе реализации программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» ожидается:

- повышение качества и количества мероприятий с учащимися, направленных на формирование здорового образа жизни;
- улучшение здоровья учащихся;
- формирование у учащихся осознанной потребности в здоровом образе жизни; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;
- пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;
- создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры самостоятельно.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил игры; второй — поведенческий, позволяющий закрепить полученные знания на практике, укрепить своё здоровье.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся начальной школы должны **иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- об играх разных народов;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить **работать** по предложенному плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и ребятами учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности;
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания достижений (успехов).

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор подвижных игр.
- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Содержание образовательной программы 1-2 класс

1. Вводное занятие (1 ч)

Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ. Подвижная игра

2. Игры на свежем воздухе (7ч)

«Рыбаки и рыбки», «Охотник и сторож», «Меткий футболист», «А какой твой цвет?» эстафеты;

- характеризуют основные части тела человека, формы движений;
- осуществлять совместное или самостоятельное распределение ролей в игре;
- оценивают своё самочувствие и контролируют, как их организм справляется с физическими нагрузками;
- сопоставляют собственную точку зрения с мнениями других участников деятельности в сотрудничестве.

3. Игры на развитие физических качеств (4ч)

На развитие ловкости: «Салки», «Ловкая подача», «Ловкие и меткие»

- осуществлять совместное или самостоятельное распределение ролей в игре;
- оценивают своё самочувствие

4. Зимние забавы (6ч)

«Городки». Скатывание шаров. «Гонки снежных комов». «Царь горы». Лыжные гонки.

- анализируют правила игры;
- знакомятся с основными понятиями игровой деятельности.

5. Игры с мячом (8ч)

«Чемпионы малого мяча», «Чемпионы большого мяча», «Догони мяч», «детский баскетбол», Эстафеты с мячом, «Встречный бой», «Набивалы», Мини-футбол, Пионербол

- анализируют правила игры
- сопоставлять собственную точку зрения с мнениями других участников деятельности в сотрудничестве;
- принимают участие в игре в составе группы (или самостоятельно).

6. Спортивные подвижные игры (7ч)

«Сильный бросок», «Бой петухов», «Перетягивание через черту», «Перебежки», «Стоп», «Добеги и убеги», «Мяч капитану», «Перестрелка», «Космонавты», «Не давай мяча водящему»

- знакомятся с основными понятиями игровой деятельности;
- осуществлять совместное или самостоятельное распределение ролей в игре;

7. Итоговое занятие (1ч.)

Соревнования по подвижным играм.

- анализируют свои знания по подвижным играм;
- сопоставлять собственную точку зрения с мнениями других участников деятельности в сотрудничестве.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА 1 И 2 КЛАСС

№	Тема раздела и темы занятий	Формы и виды деятельности	Количество часов
1	Вводное занятие	Теоретические знания; Практические знания	1
2	Игры на свежем воздухе	практические занятия; сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра; беседы по воспитательным эффектам подвижных игр	7
3	Игры на развитие физических качеств	игры с правилами; эстафеты; практические занятия	4
4	Зимние забавы	эстафеты; практические занятия; игра с правилами, образно-ролевая игра; беседы по воспитательным эффектам подвижных игр	6
5	Игры с мячом	эстафеты; практические занятия; сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра; беседы по воспитательным эффектам подвижных игр	8
6	Спортивные подвижные игры	сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра; беседы по воспитательным эффектам подвижных игр	7
7	Итоговое занятие	эстафеты; практические занятия	1
	Итого		34

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- Российская электронная школа
- Библиотека цифрового контента