

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА - ДЕТСКИЙ САД №12
СТ. АЛЕКСАНДРОВСКОЙ» МАЙСКОГО РАЙОНА КБР

РАССМОТРЕНА
на заседании МО
учителей начальных классов
Протокол № 1
от «28» августа 2023г.
Руководитель МО
Тараницина Г.Н.

СОГЛАСОВАНА
методистом
МКОУ НШДС №12
ст. Александровской
Шульце
Шиляго Е.А.
от « 28 » августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом
МКОУ НШДС №12
ст. Александровской
Приказ от «29» августа 2023г.
№ 135 - ОД



Программа внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
4 класс
2023-2024 учебный год

Составитель:
Жидкова С.Н.,
учитель начальных классов

КБР, Майский район, ст.Александровская
2023г.

1. Пояснительная записка

1.1 Введение

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» направлена на: активизацию двигательной активности младших школьников во внеурочное время, воспитание культуры игрового общения, ценного отношения к подвижным играм, как наследию и к проявлению здорового образа жизни, умение вовлечь в занятия спортом своё ближайшее окружение (семью, друзей), способствовать развитию коммуникативных умений. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье учащихся в дальнейшем.

В игровой деятельности детей объективно сочетаются два очень важных. Подвижные и спортивные игры позволяют решить целый комплекс важных задач в работе с детьми: удовлетворить их потребность в движении и стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить не только физические качества, но и умственные, психические и творческие способности, нравственные качества и т.д.

Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 (в ред. приказов от 26 ноября 2010 г. № 1241, от 22 сентября 2011 г. № 2357);
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

- Приказом Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1643 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 года № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20; СанПиН 1.2.3685-21 основной образовательной программы;
- Учебного плана МКОУ НШДС №12 ст. Александровской Майского района на 2023-2024 учебный год.

1.2. Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у учащихся ценности здоровья на ступени начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

- развитие навыка самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

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

1.3. Межпредметные связи программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

предмет	содержание учебной дисциплины	Содержание программы «Подвижные игры»
Литературное чтение	Чтение русских народных сказок, сказка «Гуси лебеди». Устное народное творчество.	Разучивание игры «Гуси лебеди», заучивание слов к играм «У медведя во бору», «Космонавты», «Мы весёлые ребята» и др. Считалки
Окружающий мир	Сезонные изменения в природе. Организм человека. Опора тела и движение. Наше питание. Игры связанные с особенностями и повадками животных.	«Зайчики», «Попрыгунчики-воробушки», «Слон», «Белые медведи», «Бой петухов», «Лев и коза» и др.
Технология	От замысла к результату. Технологические операции.	Изготовление простейшего инвентаря для игр (подвижные мешени, бумажные снежки и др)
Изобразительное искусство	Мир фантазии.	Мир эмоций и чувств. Изготовление масок для игр
Физическая культура	Отличие физических упражнений от обыденных.	Зачем нужен комплекс ОРУ? Разучиваем комплекса ОРУ перед разучиванием подвижной игры
Музыка	Выразительность музыкальной интонации.	Мир эмоций и чувств. Игры с элементами танцев «Море волнуется, раз», игры с музыкальным сопровождением
Математика	Устный счёт	Игра «Вызов номеров»

Для реализации программы «Подвижные игры» необходима материально-техническая база:

1. Спортивный инвентарь:

➤ Обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка.

➤ измерительные приборы: весы, часы, секундомер.

2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровье и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

1.4. Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов.

Формы работы -интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе. Занятия проводятся раз в неделю по 40 минут.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Группировка подвижных игр.

- С элементами общеразвивающих упражнений.
- С бегом на ловкость.
- С бегом на скорость.
- С прыжками на месте и с места.
- С прыжками в высоту.
- С прыжками длину с разбега.
- С метанием на дальность.
- С лазанием и перелазанием.
- Игры подготовительные к волейболу.
- Игры подготовительные к баскетболу.
- Игры на местности

Игры, в которых преимущественно проявляются	Характеристика игровых действий	Игры
Ловкость	Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам).	“Салки”, “Ловкая подача”, “Ловкие и меткие” Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием)

Быстрота	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай	“Шишки, желуди, орехи”, “День и ночь” Эстафета на полосе препятствий. Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.
Сила	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	“Сильный бросок”, “Бой петухов”, “Перетягивание через черту”
Выносливость	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями	“Бег командами” “Не давай мяча водящему” “Перетягивание каната”

1.5.Количество часов программы внеурочной деятельности и их место в учебном плане

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» имеет основные направления:

Содержание курса

Основная направленность	4 класс
На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	«Пустое место», «Белые медведи». «Космонавты»
На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	«Прыжки по полоскам», «Волк во рву», «Удочка»
На закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	«Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».
На комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями	«Борьба за мяч», «Перестрелка», «Мини-баскетбол» «Мини-гандбол» Варианты игры в футбол
На знания о физической культуре	Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности

Самостоятельные занятия	Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами
На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски по воротам с 3—4 м (гандбол) и броски в цель (входьбе и медленном беге), удары по воротам в футболе
На закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	«Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Игры с ведением мяча»

2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

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

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение **следующих результатов образования:**

➤ личностные результаты:

- готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- развитие патриотического, эстетического и физического воспитания детей через формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны, создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

➤ метапредметные результаты — освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

➤ предметные результаты — освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

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 «Подвижные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

➤ **Определять** и **формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.

➤ **Проговаривать** последовательность действий на уроке.

➤ Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить **работать** по предложенному учителем плану.

➤ Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

➤ Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.

➤ Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

➤ Делать предварительный отбор подвижных игр.

➤ Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

➤ Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.

➤ 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).

➤ **Слушать** и **понимать** речь других.

➤ Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

➤ Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.

➤ Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

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

2.1. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

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 учащихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

2.2 Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной «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.

Форма подведения итогов реализации программы – соревнования, викторины.

Нагрузка на учебный год:

Класс	Всего часов	Теория	Практика
4 класс	34	9	25

Место проведения:

в спортивном зале (холодное время года),
на спортивной площадке (в теплое время года).

Учебно-тематический план

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на повышение интереса к ЗОЖ	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные уроки «О правильном питании»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные уроки «Наши главные органы»	5	5	10	викторина
4.	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

Содержание программы

1. Игры на повышение интереса к ЗОЖ: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение».

2. Интегрированные уроки «О правильном питании»: беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа «Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки».

3. Интегрированные уроки «Наши главные органы»: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробьи и кошка», беседа «Почки, которые никогда не станут цветами», игра «Воробьи и вороны», беседа «Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)», игра «Штандир».

4. Игры на природе: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

Календарно-тематическое планирование

№	Содержание (разделы, темы)	Форма проведения	Кол-во часов	Даты проведения	
				план	факт
Игры на повышение интереса к ЗОЖ (9 часов)					
1 - 2	Игра «Охотники и утки»	подвижные игры, игры на воздухе	2	08,09 15,09	
3 - 4	Игра «Рыбаки и рыбки»	подвижные игры, игры на воздухе	2	22,09 29,09	
5 - 6	Игра «Тише едешь - дальше будешь»	подвижные игры, игры на воздухе	2	06,10 13,10	
7 - 8	Игра «Запрещенное движение»	подвижные игры, игры на воздухе	2	20,10 27,10	
9	Игра «Ручеек»	подвижные игры, игры на воздухе	1	10,11	
Интегрированные уроки «О правильном питании» (7 часов)					
10	Полезная пища	интегрированные уроки	1	17,11	
11	Игра «Пионербол»	деловые игры	1	24,11	
12	Вредная пища	интегрированные уроки, беседы	1	01,12	
13	Игра «Достань мяч»	интегрированные уроки, деловые игры	1	08,12	
14	Овощи. Блюда из овощей	урок здоровья	1	15,12	
15	Игра «Белые медведи»	интегрированные уроки	1	22,12	
16	Фрукты. Мой любимый сок. Игра «Охотники и лайки»	беседы, подвижные игры	1	12,01	
Интегрированные уроки «Наши главные органы» (10 часов)					
17	Как я чищу зубы	интегрированные уроки	1	19,01	
18	Игра «Бой петухов»	деловые игры	1	26,01	
19	Мой нос – это фильтр, печка и сторожевой пост	интегрированные уроки, беседы	1	02,02	
20	Игра «Мяч в воздухе»	подвижные игры	1	09,02	
21	Аптечка на кухне	интегрированные уроки, беседы, деловые игры	1	16,02	
22	Игра «Воробьи и кошка»	игры на воздухе	1	23,02	
23	Почки, которые никогда не станут цветами	беседы, уроки здоровья	1	01,03	
24	Игра «Воробьи и вороны»	подвижные игры	1	08,03	
25	Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)	интегрированные уроки, беседы	1	15,03	
26	Игра «Штандир»	деловые игры, игры на воздухе	1	22,03	
Игры на природе (8 часов)					
27 - 28	Игра «Зайчики»	подвижные игры, игры на воздухе	2	05,04 12,04	

29 - 30	Игра «Прыгуны»	подвижные игры	2	19,04 26,05	
31 - 32	Игра «Один в круге»	подвижные игры, игры на воздухе	2	03,05 10,05	
33-34	Игра «Рыбная ловля»	подвижные игры, игры на воздухе	1	17,05 24,05	

Использованная литература

1. Азаров Ю. П. Семейная педагогика. - М., 1993.
2. Алферова А. Д. Проблемы воспитания у учащихся ответственного отношения к учению. Ростов-на-Дону, 1998.
3. Богданов Г. П. Игры и развлечения в группах продленного дня: Пособие для учителя.- М.: Просвещение, 1985.
4. Дереклеева Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1 - 5 классы. - М.: ВАКО, 2004.
5. Кенеман А. В. Детские подвижные игры народов СССР. - М.: Просвещение, 1989.
6. Обухова Л. А. Тридцать уроков здоровья для первоклассников. Методическое пособие. - М.: ТЦ «Сфера», 2001.
7. Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка», автор-составитель Пряникова Л.Г.
8. Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры» для 1-4 классов, автор-составитель Медведева Ю.С.
9. Программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры», автор-составитель Овчинникова Л.В.
10. Программа спортивно-оздоровительного направления «Сильные, ловкие, смелые», автор-составитель Деревянко Е.П.