

«Согласовано»

Заместитель
директора по УВР
МБОУ «Комьянская школа»

«Утверждено»

Директор
МБОУ «Комьянская школа»

_____/С.А. Горохова/
Ф.И.О.

30.08.2023 года

_____/Т.А. Кузнецова/
Ф.И.О.

Приказ № 139 от 01.09.2023 г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Грязовецкого муниципального округа Вологодской области
«Комьянская школа»

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
1 класс**

Брыниной Ирины Витальевны
учителя начальных классов, первой квалификационной категории

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
МБОУ «Комьянская школа»

Протокол №1 от 30.08 2023 г.

2023-2024 уч.год

Аннотация к рабочей программе по внеурочной деятельности

«Подвижные игры» 1 класс

Наименование программы	Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры»
Составители программы	Брынина Ирина Витальевна, учитель начальных классов
Нормативно-правовая основа	Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов: - Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Письмо Минпросвещения России от 05.07.2022г. №ТВ-1290/03 «Об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования» - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 года СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» - Федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования
Методическая основа	«Подвижные игры» — курс для учащихся 1 класса, дополняющий уроки физической культуры. Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика. Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.. Подвижная игра – это относительно самостоятельная деятельность детей, в которой ярко выражена роль движений. Игры — естественный источник радостных эмоций, самовыражения. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики и воспитания. Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.
Цель и задачи реализации программы	Цель данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование

	культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности. задачи курса: - укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, - формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры, - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
Место учебного предмета в учебном плане	Программа рассчитана на 33 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками. Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме урока, ограниченного временем (25-30 минут) в системе целого учебного дня 1 раз в неделю. Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

1. Планируемые результаты освоения программы

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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.
- **К концу учебного года учащиеся 1 класса должны:**

понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;

уметь:

- передвигаться различными способами в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх.

1. Содержание тем учебного курса

1. Сюжетные игры (8 ч.)

Для сюжетных игр характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжет может быть образный («Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот») и условный (ловишки, пятнашки, перебежки), катание на санках.

Игры: «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты», «Море волнуется», «Волк во рву», «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот», «Белые медведи», «Вороны и воробьи», «Ловишки – перебежки», «Салки», «Хвостики», «Коршун и наседка», «Колдунчики», «Кот идет», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи».

2. Бессюжетные игры (8 ч.)

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании.

Такие игры доступны всем. В бессюжетных играх все дети выполняют одинаковые движения.

Игры: «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «Чья команда быстрее построится», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Удочка», «Невод», «Третий лишний».

3. Любимые игры (4 ч.)

В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и

стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно и с удовольствием играть.

Игры: «Увернись от мяча», «Сильный бросок », «Прятки», «Перехватчики», «Шлепанки», «Мельница».

4. Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр (9 ч.)

Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метании); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

5. Теоретические занятия “Что мы знаем об играх” (1 ч.).

История появления игр. Игры разных народов. Правило игры, описание игр, виды игр.

6. Практические занятия (3ч)

«Научи другого» - посещение детского сада с целью научить малышей играть (1ч)

«Фестиваль подвижных игр» (2 ч.)

№	Тема	Количество часов
1	Сюжетные игры	8
2	Бессюжетные игры	8
3	Любимые игры	4
4	Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр	9
5	Теоретические занятия “Что мы знаем об играх”	1
6	Практические занятия	3
	Итого:	33

Календарно – тематическое планирование спортивного кружка «Подвижные игры»

№ п/п	Тема занятия	ФГОС		Основные виды учебной деятельности
		Содержание	Планируемые результаты	
	Сюжетные игры-8ч.			
1	<i>Сюжетные игры:</i> «Гуси-лебеди», «Веселые ребята»	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Построение в шеренгу, колонну. Ходьба на носках, на пятках. Подвижные игры Гуси-лебеди», «Веселые ребята	Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; выполнять строевые упражнения; играть в п/и	Правильно выполняют беговые упражнения. Осуществляют действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивают свои действия и действия партнеров
2	<i>Сюжетные игры:</i> «Космонавты», «Море волнуется», «Волк во рву»	ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижные игры: «Космонавты», «Море волнуется», «Волк во рву»	Научатся: выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;	Проявляют качество силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.
3	<i>Сюжетные игры:</i> «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот»,	ОРУ на месте <i>Сюжетные игры:</i> «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот»,	Научатся: понимать необходимость развития основных физических качеств и как измерять их уровень развития; играть в подвижные игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/и. Излагают правила и условия проведения п/и. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/и.
4	<i>Сюжетные игры:</i> «Белые медведи», «Вороны и воробьи», «Ловишки – перебежки»,	ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Специальные беговые упражнения <i>Сюжетные игры:</i> «Белые медведи», «Вороны и воробьи», «Ловишки – перебежки»,	Научатся: выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;	Принимают активные решения в условиях игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время п/и.
5	<i>Сюжетные игры:</i> «Салки», «Хвостики», «Коршун и наседка»	ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Специальные беговые	Научатся: использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование.	Соблюдают дисциплину и правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности.

		упражнения <i>Сюжетные игры</i> : «Салки», «Хвостики», «Коршун и наседка»	Освоят: правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями. Научатся: выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки. Приобретут: жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека	Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма
6	Сюжетные игры: «Колдунчики», «Кот идет», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц),	ОРУ. Сюжетные игры: «Колдунчики», «Кот идет», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц),		
7	<i>Сюжетные игры</i> : «Кошки-мышки», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи»	ОРУ. <i>Сюжетные игры</i> : «Кошки-мышки», «Птицы без гнезда», «Шишки, желуди, орехи»		
8	<i>Сюжетные игры</i> : Два мороза», «Лягушки и цапля»	ОРУ. <i>Сюжетные игры</i> : Два мороза», «Лягушки и цапля»		
	Бессюжетные игры – 8ч.		Научатся: называть игры и формулировать правила игр; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий Научатся: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности Научатся: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной	Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки Руководствуются правилами игр, соблюдая правила безопасности Используют действия данных п/и для развития координационных способностей. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки
9	<i>Бессюжетные игры</i> : «Класс смирно!», «Запрещенное движение»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «Класс смирно!», «Запрещенное движение»		
10	<i>Бессюжетные игры</i> : «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны»		
11	<i>Бессюжетные игры</i> : «Найди себе пару», «Чья команда быстрее построится»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «Найди себе пару», «Чья команда быстрее построится»		
12	<i>Бессюжетные игры</i> : «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры»		
13	<i>Бессюжетные игры</i> : «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий»		
14	<i>Бессюжетные игры</i> : «Запрещенное движение», «К своим флажкам»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «Запрещенное движение», «К своим флажкам»		
15	<i>Бессюжетные игры</i> : «Удочка», «Невод», «Третий лишний»	ОРУ. <i>Бессюжетные игры</i> : «Удочка», «Невод», «Третий лишний»		

16	<i>Бессюжетные игры:</i> Катание на санках «Санный путь»	Катание на санках «Санный путь»	функциональной направленности Научатся: играть в п/и с бегом, прыжками, метаниями.	Руководствуются правилами игр, соблюдая правила безопасности
	Любимые игры – 4ч.			
17	«Увернись от мяча»	ОРУ на развитие силы рук. Метание набивного мяча из-за головы, из положения, сидя в горизонтальную цель.П/и«Увернись от мяча»,	Научатся: выполнять разминку с мячом в парах; организационные команды, стойку б/б, передвижения; ведение мяча на месте и в движении; ловить и бросать мяч; играть в игру Научатся: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; играть в п/и	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении п/и. Излагают правила и условия проведения п/и. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в п/и. Принимают активные решения в условиях игровой деятельности.
18	«Сильный бросок»,	ОРУ с малым мячом.П/И«Сильный бросок»,		
19	«Перехватчики»,	Упражнения в ходьбе,беге.П/и «Перехватчики»,		
20	«Крестики», «Мельница»	Упражнения в ходьбе,беге.П/и «Крестики», «Мельница»		
	Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр – 9ч.			Проявляют быстроту и ловкость во время п/и. Соблюдают дисциплину и правила ТБ в условиях учебной и игровой деятельности. Руководствуются правилами игр, соблюдая правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.
21	Забери игрока	ОРУ с мячом. Обучение ловли и передачам мяча в парах. Игра «Забери игрока»		
22	Забери игрока			
23	Забери игрока			
24	Эстафеты с предметами	ОРУ эстафеты с мячами, флажками. Специальные беговые упражнения. Броски и ловля мячей: в парах, правой, левой, обеими руками из различных И. П		
25	Эстафеты с предметами			
26	Эстафеты с предметами			
27	Попади в цель (метание мяча)	ОРУ для мышц плечевого пояса. Метание мяча на дальность и заданное расстояние с 3 – 5 шагов разбега, в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.	Научатся: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	
28	Попади в цель (метание мяча)			

29	Попади в цель (метание мяча)	Игра	Научатся: играть в п/и с бегом, прыжками, метаниями. Научатся: называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий Уметь: правильно выполнять основные движения в метании в вертикальную цель. Уметь: правильно выполнять метание мяча с разбега	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Используют действия данных п/и для развития координационных и кондинационных способностей Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Выявляют различия в основных способах передвижения человека. Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Используют действия данных п/и для развития координационных и кондинационных способностей Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.
	Теоретическое заняти“Что мы знаем об играх”1ч.			
30	История появления игр. Игры разных народов. Правило игры, описание игр, виды игр.	Просмотр презентаций. Обсуждение. Составление правил игры.	Научатся: раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие	
	Практические занятия – 3ч.			
31	«Научи другого»- посещение детского сада с целью научить малышей играть	Посещение д/с «Снежинка». Совместные игры – соревнования.	Освоят: навыки организации и проведения п/и ; В процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.	
32	«Фестиваль подвижных игр»	«Фестиваль подвижных игр». Самые любимые игры.	Научатся: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной	
33	«Фестиваль подвижных игр»	День здоровья.		

			функциональной направленности Научатся: играть в п/и с бегом, прыжками, метаниями.	
--	--	--	---	--

Перечень учебно-методического обеспечения

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. — М.: Просвещение, 2010 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

Список литературы

1. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М., Просвещение, 2010.
2. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
3. Ковалько В.И. Школа физкультминуток.- М., ВАКО, 2005.
4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
5. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.

Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. - М., Просвещение