


**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №5»
Алексеевского городского округа**

<p>РАССМОТРЕНА Руководитель МО Учителей художественно-эстетического цикла, физической культуры <i>Е. В. Даншина</i> Даншина Е. В. Протокол №1 от «28» августа 2023г.</p>	<p>РАССМОТРЕНА на заседании методического совета школы Руководитель МС <i>Ю. И. Бабич</i> Бабич Ю. И. Протокол педагогического совета №1 от «31» августа 2023г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНА Заместитель директора <i>М. Ю. Шестопалова</i> Шестопалова М. Ю.</p>	<p>РАССМОТРЕНА На заседании педагогического совета Протокол От 31 августа 2023 г. №1</p>	<p>УТВЕРЖДЕНА И. о. директора <i>И. о. директора</i> Фоминский А. МБОУ Приказ № 88-001/НСЗ августа 2023г.</p> 
---	--	--	--	---

Программа

внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

4 класс

Направление: спортивно – оздоровительное

Срок реализации программы: 1 год

Разработала: Каргашова Н. Ф.

Алексеевка, 2023

1. Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 30 декабря 2021 года.);
- Приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».
- Информационно – методическим письмом об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования от 05.07.2022 №ТВ-1290/03.

1.2. Место курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 4 класс в учебном плане

Курс внеурочной деятельности «Подвижные игры», 4 класс рассчитан на 34 часа, в неделю - 1 час

1.3. Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 4 класс

Подвижные игры в рамках внеурочной деятельности в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» формирует универсальные учебные действия у учащихся. Так как игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности.

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.

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу учебного курса «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

1.4. Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 4 класс

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

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- развитие координационных, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе игровой деятельности;
- воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
- развитие познавательных интересов, воображения, памяти, мышления, речи;
- создание условия для проявления чувств коллективизма;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 4 класс

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Сюжетные игры

«Два мороза», «Космонавты», «Вороны и воробьи», «Волк во рву», «Заяц и волк», «Не ошибись (с рисунками зверей и птиц)».

Зимние забавы (4ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

Распределение учебного времени прохождения программного материала курса внеурочной деятельности «Мир подвижных игр», 4 класс

№ п/п	Разделы, темы	часы
I	Знания о физической культуре	В процессе урока
II	Техника безопасности	В процессе урока
III	Игры	
1	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	11
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	10
3	Народные игры	6
4	Зимние забавы (зимние виды игр)	4
5	Соревнования	3
	Всего	34

3. Планируемые образовательные результаты (личностные, метапредметные, предметные) освоения курса внеурочной деятельности «Мир подвижных игр», 4 класс

Личностные результаты

Освоение 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 играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

Коммуникативные УУД:

- овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умение формулировать собственное мнение и позицию.

Предметные результаты

Освоение учащимися содержания курса 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;

- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию 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;

- об играх разных народов;

- о разновидности подвижных игр;

- о соблюдении правил подвижных игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

- играть в подвижные и спортивные игры;

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

- выполнять строевые упражнения;

- соблюдать правила подвижных игр.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;

- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;

- формирование двигательных действий с мячом;

- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,

- самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;

- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;

• владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

4. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Подвижные игры», 4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	КР	ПР	
1.1.	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/conspect/192642/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/conspect/326499/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/ http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5MRWA23WKZ9BN71GIAYE.pdf https://resh.edu.ru/subject/9/4/
1.2	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	1	0	1	
1.3	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	1	0	1	
1.4	Подвижная игра «Вызов номеров»	1	0	1	
1.5	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	1	0	1	
1.6	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	1	0	1	
1.7	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	1	0	1	
1.8	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку»	1	0	1	
1.9	Эстафеты с прыжками.	1	0	1	
1.10	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	1	0	1	
1.11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	0	1	
Итого по разделу		11			
2.1.	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	1	0	1	http://xn--b1atfb1adk.xn--p1ai/files/ioe/documents/5MRWA23WKZ9BN71GIAYE.pdf
2.2	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	0	1	
2.3	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки-	1	0	1	

	мышки».				https://resh.edu.ru/subject/9/4/
2.4	Сюжетные игры «Два мороза», «Космонавты»,	1	0	1	https://www.igraemsa.ru
2.5	Сюжетные игры «Вороны и воробьи», «Волк во рву»,	1	0	1	https://www.detkiuch.ru/
2.6	Сюжетные игры «Заяц и волк», Не ошибись (с рисунками зверей и птиц).	1	0	1	https://www.teremoc.ru/index.php
Итого по разделу		6			
3.1.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	1	0	1	https://resh.edu.ru
3.2	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	1	0	1	/subject/lesson/4148/start/192643/
3.3	Подвижные игры «Гонкина санках», «Юный хоккеист».	1	0	1	/subject/lesson/4148/start/192643/
3.4	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	1	0	1	/subject/lesson/4148/start/192643/
Итого по разделу		4			
4.1.	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	1	0	1	
4.2	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	1	0	1	/subject/lesson/4148/start/192643/
4.3	Броски в цель.	1	0	1	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38
4.4	Подбрасывание и подача мяча.	1	0	1	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38
4.5	Прием и передача мяча в волейболе.	1	0	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
4.6	Удары и остановка мяча ногой.	1	0	1	http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
4.7	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/746 https://resh.edu.ru/subject/
4.8	Подвижные игры «Гонкамячей по кругу», «Вызови по имени»	1	0	1	
4.9	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	1	0	1	48/start/192643/

4.10	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	1	0	1	/subject/lesson/41
4.11	Соревнование по дартсу	1	0	1	48/start/192643/
4.12	Соревнование по подвижной игре «Пионербол»	1	0	1	
4.13	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом.	1	0	1	
Итого по разделу					
Общее количество часов по программе		34	0		

5. Промежуточная аттестация по курсу внеурочной деятельности «Подвижных игр», 4 класс

Вид: учет текущих достижений. Форма: - тест

6. Критерии оценок обучающихся по курсу внеурочной деятельности «Мир подвижных игр», 4 класс без-отметочная система с записью в зачетном листе по итогам учебного года «зачтено»/«не зачтено» (портфолио обучающихся)

Зачёт - обучающийся усвоил материал учебного курса, у него сформировано позитивное отношение к занятиям физической культурой, собственному здоровью и внутреннему миру, к здоровью окружающих его людей; умело применяет двигательные навыки и умения в повседневной жизни.

Незачёт - обучающийся не усвоил материал учебного курса; прослеживается негативное отношение к занятиям физической культурой.

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Обязательные учебные материалы для ученика

а. Учебник «Физическая культура», 1-4 классы, В.И. Лях - АО «Издательство «Просвещение», 2018г.

Методические материалы для учителя

1. «Подвижные игры в физическом воспитании Мельников Ю. А., Теофилактов Н.З. 2021 г.
2. «Поурочные разработки по физической культуре» В.И. Лях («Школа России») 1-4 класс Москва 2017 г.
3. Общеобразовательные упражнения. Комплект. Методические рекомендации Антонова Э. Р. 2021

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

1. <http://www.Nachalka.com>.
2. <http://pedsovet.org/>
3. <http://www.proshkolu.ru>
4. <https://uchi.ru/>
5. <https://interneturok.ru/>
6. <https://infourok.ru/>
7. <http://spo.1september.ru/>

Пронумеровано, пронумеровано и скреплено

печатью

12

листа (ов)

И.о. директора школы

[Signature]
О.А.

