

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Начальная
общеобразовательная школа № 43»

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета,
протокол от 30.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 30.08.2023 № 100
Директор  И.В.Шеко



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 1-4 классов

Череповец, 2023

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета (личностные, метапредметные и предметные)

Программа и учебники для 1–2 и 3–4 классов подготовлены в соответствии с Концепцией физического воспитания, что позволяет реализовать все заложенные в них требования к обучению учащихся предмету в начальной школе.

Личностные результаты

- изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:
- 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.
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты

- изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:
- освоения содержания образования в области физической культуры:
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.
- 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.

Предметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных двигательных качеств.

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;

- понимать роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья, в профилактике вредных привычек;
- владеть основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
- расширять двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развития основных физических качеств, повышать функциональные возможности основных систем организма;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями с учителем и со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- самостоятельно планировать занятия физическими упражнениями, определять их функциональную направленность, формулировать учебные и познавательные задачи, осознанно выбирать наиболее эффективные способы их решения, владеть основами самоконтроля и самооценки (выявлять ошибки и своевременно устранять их);
- организовывать самостоятельные систематические занятия физической культурой с соблюдением правил техники безопасности, гигиенических требований и профилактики травматизма, утомления и перенапряжения организма;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами;
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций.

Выпускник получит возможность научиться:

- формировать и анализировать знания по истории развития физической культуры, о возрождении Олимпийских игр и олимпийского движения, развитии отечественного спортивного движения, великих спортсменах, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить меры по укреплению здоровья (закаливание организма);
- выполнять комплексы упражнений адаптивной и корригирующей физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать в группах, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- формировать и развить компетентности в области использования информационно-коммуникативных технологий;
- развить представления о значении нравственных норм и ценностей для достойной жизни личности, семьи, общества;

- В результате обучений ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

2. Содержание учебного предмета

Раздел 1. Подвижные игры, как часть физической культуры (4 ч.)

Что такое подвижные игры? Подвижные игры народов разных стран. История подвижных игр в России.

Подвижные игры, как способ развития основных двигательных качеств (выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость).

Раздел 2. Организация здорового образа жизни

Значение игр в режиме дня младших школьников. (знания и соблюдение правил, планирование игры. Умение организовать игру).

Раздел 3. Физкультурно-оздоровительная деятельность

Игры направлены на тренировку дыхания, для снятия утомления и профилактики нарушений ОДА (опорно-двигательного аппарата). Игры для расслабления мышц и активизации внимания учащихся. Упражнения для успокоения (психорегуляции).

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная деятельность

- Русские народные игры;
- Подвижные игры;
- Эстафеты;
- Игры народов России;

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Виды программного материала	Количество часов (уроков)			
	Классы			
	I	II	III	IV
1. Подвижные игры, как часть физической культуры	4	4	4	4
1.1 Организация здорового образа жизни	в процессе учебной деятельности			
1.2 Физкультурно-оздоровительная деятельность	в процессе учебной деятельности			
1.3 Спортивно-оздоровительная деятельность	в процессе учебной деятельности			
Русские народные игры	8	10	9	8
Подвижные игры	14	14	16	18
Эстафеты	2	2	2	2
Игры народов России	5	4	3	2
Итого:	33	34	34	34