

Утвержден
приказом директора
МБОУ Ленковской
основной школы
от 31.08.18 г № 136-о

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Ленковская основная школа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры»

Спортивно-оздоровительное направление

1-4 класс

Автор- составитель : Бунтова Л. В. ,

Старшая вожатая

2018-2019 учебный год

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Программа курса «Подвижные игры» ориентирована на достижение результатов трех уровней:

Результаты первого уровня (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья; практическое освоение методов и форм физической культуры, простейших элементов спортивной подготовки; получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания.

Результаты второго уровня (получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества и к социальной реальности в целом): формирование позитивного отношения обучающихся к своему здоровью, как к ценности, неотъемлемой составляющей хорошего самочувствия, успехов в учёбе и жизни вообще

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного общественного действия): регулярные занятия спортом; систематические оздоровительно- закаливающие процедуры; участие в спортивных и оздоровительных акциях в окружающем школу социуме.

ФОРМИРОВАНИЕ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Личностные:

- 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.

Метапредметные:

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации;
- формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

Предметными:

- уметь организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;

- 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;
- 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.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

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.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» **обучающиеся научатся:** адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим;
- подбирать и планировать физические упражнения.

у обучающихся сформируются:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- 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

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Основы знаний (1ч)

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Вводный инструктаж по технике безопасности. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. История возникновения игр. Беседа: «Игра – не пустая забава». Игра «Кошки – мышки».

Подвижные и спортивные игры и эстафеты (15 ч)

Инструктаж по ТБ. Условия и правила подвижных и спортивных игр, эстафет.

Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки», «Лиса в курятнике», «Два Мороза», «Конники- спортсмены», «Мышеловка», «У медведя во бору», «Волк во рву», «Наперегонки парами», «Ловишки- перебежки», «Лягушки- цапли», «Быстрее по местам», «Кенгуру», «Аисты», «Перетягивание каната», «Не намочи ног», «Пролезай- убегай», «Пчёлки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши», «Кто дольше не собьется», «Удочка», «Покати- догони», «Прыгай выше и дружнее», «Упасть не давай», «Совушка», «Береги предмет», «Щука и караси».

Эстафеты: с прыжками, с мячами, со скакалкой, с обручем, с переноской предметов, по кругу, «Веселые старты», «Зоологические забеги».

Спортивные игры: футбол, пионербол, бадминтон, настольный теннис.

Зимние игры и развлечения. (7 ч)

Инструктаж по ТБ.

Основы лыжной подготовки: скользящий шаг, попеременный двушажный ход, подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки.

Игры на лыжах: «Пройди и не задень», «Идите за мной», «Поменяй флажки», «Через препятствия», «Быстрые упряжки», «Сороконожки». Лыжные гонки.

Подвижные игры: «Снежки», «Царь горы».

Развлечения на санках: катание, гонки, эстафета.

Русские народные игры и забавы (11 ч)

Инструктаж по ТБ. Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

Русские игровые традиции в подвижных играх: зазывалки, считалки.

Игры с бегом : «Дорожки», «Змейка», «Пятнашки», «Филин и пташка», «Палочка – выручалочка», «Салки», «Казачьи разбойники», «Горелки», «Третий лишний», «Прятки», «Жмурки», «Птицелов»

Игры с мячом: «Лапта», «Мячик сверху», «Городки», «Вышибалы».

Игры с прыжками: «Классы», «Петушиный бой»

Игры малой подвижности: «Краски», «Фанты», «Колечко», «Море волнуется», «Фанты».

Соревнования «Богатырские забавы», спортивно-игровая программа: «По плечу победа смелым».

Форма организации и виды деятельности

- индивидуально-творческая деятельность;
- творческая деятельность в малой подгруппе (3-6 человек);
- коллективная творческая деятельность.

Ведущей деятельностью школьника является еще игровая деятельность. Поэтому занятия, по сути, являются системой игр, в процессе которых дети исследуют проблемные ситуации, выявляют существенные признаки и отношения, соревнуются, делают «открытия». В ходе этих игр и осуществляется личностно-ориентированное взаимодействие взрослого с ребенком и детей между собой, их общение в парах, в группах. Вся система организации занятий воспринимается ребенком как естественное продолжение его игровой деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Разделы	Количество часов
1	Основы знаний	1
2	Подвижные и спортивные игры и эстафеты	15
3	Зимние игры и развлечения.	7
4	Русские народные игры и забавы	11
	ИТОГО	34