

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8  
городского округа Чапаевск Самарской области

«Рассмотрено»  
на заседании МО классных руководителей  
« 24 » \_\_августа\_\_ 2020 г.

«Проверено»  
ответственный за ВД  
\_\_\_\_\_ Емельянова Е. Г.  
« 24 » \_\_августа\_\_ 2020 г.

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ СОШ № 8  
г. о. Чапаевск  
\_\_\_\_\_ Залапина М. Ю.  
Приказ № \_\_8/О\_\_\_\_\_  
« 24 » \_\_августа\_\_ 2020 г.

**Рабочая программа**  
**по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления**  
**«Подвижные игры»**

Класс: 1  
Руководитель: Биккузина Л. М.  
Квалификационная категория: соответствие занимаемой должности

2020-2021 учебный год

### **Пояснительная записка**

Данная программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и образовательной программы В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 - 4 классов. - М., Просвещение, 2016 и А.П. Матвеева. Физическая культура. Рабочие программы. 1 – 4 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2014

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные 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, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

«Подвижные игры» -кружок для учащихся начальной школы, 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.

**Цель** данной программы – укрепление здоровья детей.

**Основные задачи:**

- 1) повысить уровень двигательной активности;
- 2) способствовать физическому, психическому развитию детей;
- 3) развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;
- 4) вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений;
- 5) в условиях развития двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Программа рассчитана на 17 часов для 1 класса, возраст 7-8 лет

Младший школьный возраст современными учеными определяется как от 6-7 до 9-10 лет. В данном возрасте физическое развитие ребенка, определенный запас представлений о мире, уровень развития речи и мышления, социальное восприятие окружающего мира позволяют начать процесс систематического обучения.

В этом возрасте происходит смена образа и стиля жизни по сравнению с дошкольным возрастом: новые требования, новая социальная роль ученика, принципиально новый вид деятельности — учебная деятельность. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняется восприятие своего места в системе отношений. Меняются интересы, ценности ребенка, весь его уклад жизни.

С физиологической точки зрения это достаточно тяжелый период — происходит интенсивный физический рост, за счет чего наблюдается дисгармония в физическом развитии (в 6 - 7 летнем возрасте созревание крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому детям легче выполнять сравнительно сильные, размашистые движения, чем те которые требуют большой точности, поэтому дети быстро устают при выполнении мелких движений (письмо), оно опережает нервно-психическое развитие ребенка, что влечет за собой временное ослабление нервной системы (процессы возбуждения все еще превалируют над процессами торможения, что определяет такие характерные особенности младших школьников, что проявляется в повышенной утомляемости, сильной эмоциональной возбудимости и беспокойстве, повышенной потребности в движениях).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействия с партнерами, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

**Формы организации занятия:** игра, праздники, викторина

**Формы контроля :** входная и итоговая диагностика; зачет, самооценка, взаимоконтроль, виды самоконтроля, выполнение нормативов.

### Планируемые результаты обучения

#### Личностные УУД :

- снижение заболеваемости;
- формировать физические качества;
- воспитывать культуру общения;
- воспитывать любовь и уважение к окружающим;
- сблизить и сплотить детский коллектив;
- развивать самооценку у младших школьников;
- научить анализу собственных действий и поступков;
- научить планированию действий;
- развивать устную речь учащихся;
- развивать творческие способности;
- привить интерес к чтению дополнительной литературы и публикаций;

#### Познавательные УУД :

- проверить умение самостоятельно выбирать нужную информацию.

- учиться определять цель деятельности с помощью учителя;
- учиться совместно давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;
- учиться отличать верно выполненное задание от неверного

#### **Коммуникативные УУД :**

проверить умение оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций, высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновывать, приводя аргумент.

#### **Метапредметные УУД :**

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий

### **Содержание программы**

#### **1. Бессюжетные игры (4 ч.)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается 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). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

#### **2. Игры-забавы (4 ч.)**

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

#### **3. Народные игры (4 ч.)**

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

#### **4. Любимые игры детей (5 ч.)**

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.

### **Учебно-тематическое планирование**

| № | Название   | Всего часов |
|---|--|-------------|
| 1 | <b>Бессюжетные игры.</b> «Вороны и Воробьи», « Ловишки -перебежки» | 1           |
| 2 | «Паровозик», «Белые медведи»                                       | 1           |

|    |   |       |
|----|---|-------|
| 3  | «На одной ноге», «Петушиный бой»  | 1     |
| 4  | «Веселый бег», «Попади в след»  | 1     |
| 5  | <b>Игры-забавы.</b> «Охота на тигра», «Донеси рыбку»                        | 1     |
| 6  | «Черепашка -путешественница», «Собери орехи»                                | 1     |
| 7  | «Повяжу я шелковый платочек», «Дриблинг»                                    | 1     |
| 8  | Повторение игр из разделов «Бессюжетные игры, «Игры-забавы»                 | 1     |
| 9  | <b>Народные игры.</b> Р.Н.И «Краски», Р.Н.И «Стадо»                         | 1     |
| 10 | Тадж. нар. игра «Горный козел». Укр. нар. игра «Хлебец»                     | 1     |
| 11 | Чеченская народн. игра «Игра в башню». Дагест. народн. игра «Достань шапку» | 1     |
| 12 | Бурятская народн. игра «Волк и ягнята»                                      | 1     |
| 13 | <b>Любимые игры детей.</b> «Увернись от мяча», «Сильный бросок»             | 1     |
| 14 | «Космонавты», «Второй лишний»   | 1     |
| 15 | «Два мороза», «Большой мяч»   | 1     |
| 16 | «Шлепанки», «Прятки»  | 1     |
| 17 | Повторение игр из разделов «Народные игры», «Любимые игры детей»            | 1     |
|    | Итого   | 17 ч. |

#### Список литературы:

М.Н. Жуков, Подвижные игры. – М., 2000

М.Н. Железняк, Спортивные игры. – М., 2001

В.И.Ковалько “Поурочные разработки по физкультуре” /ВАКО, Москва, 2003

Е.А.Каралашвили “Физкультурная минутка” .Динамические упражнения для детей 6-10 лет. /Творческий центр “Сфера”Москва, 2002