

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Смоленской области
Управление образования и молодежной политики
Администрации города Смоленска
МБОУ "Многопрофильный лицей" г. Смоленска

РАССМОТРЕНО

Руководитель кафедры

Борунова Л. А.

Протокол №1
от «30» 08.2024 г.



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Толкунова В. П.

Протокол № 1
от «30» 08. 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор

Гильденкова О. С.

Приказ № 125-од
от «30» 08.2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(ID 6256324)

Подвижные игры

для обучающихся 3 классов

Смоленск 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы «Подвижные игры» является программой *спортивно- оздоровительной направленности*, предполагает дополнительный уровень освоения знаний и практических навыков, по функциональному предназначению – *оздоровительной, развивающей и познавательной*, по времени реализации – *1 год*

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, способствовать оздоровлению и развитию ребенка, становлению нравственных и эстетических свойств личности, воспитанию любви к труду.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям подвижными играми и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
 - обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
 - воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.
- формирование основ самостоятельной двигательной деятельности, имеющие оздоровительные, развивающие и познавательные аспекты, направленные на расширение адаптационных, функциональных возможностей младших школьников за счет целенаправленного воздействия физических упражнений

Возраст детей: участвующих в реализации данной образовательной программы 3 класс.

Сроки реализации образовательной программы: рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю, для 3 класса – 34 часа в год.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести,

смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Подвижные игры – действенное средство оздоровления ребенка. Процесс игры всегда связан с новыми двигательными действиями, новыми ощущениями, эмоциями. Ребенок – это деятель и деятельность его, прежде всего, выражается в движениях. Развитость движения – один из показателей нервно-психического развития. Игра формирует личность ребенка, в игре ребенок учится проявлять находчивость, инициативу, выдержку, развивает силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость. Помимо физического развития игры способствуют становлению нравственных и эстетических представлений.

Программа представлена двумя блоками: народные игры, подвижные игры.

Учащиеся научатся:

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

- узнают о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

Получат возможность научиться:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Рекомендации по организации подвижных игр:

- НЕОБХОДИМО КОНТРОЛИРОВАТЬ ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАВИЛ ИГРЫ, НЕ ДОПУСКАТЬ ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКОВАННЫХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕЙСТВИЙ, РАСПРЕДЕЛЯТЬ ДЕТЕЙ НА КОМАНДЫ ТАК, ЧТОБЫ СИЛЫ БЫЛИ ПРИМЕРНО РАВНЫ;

- СЛЕДУЕТ ПОСТЕПЕННО УСЛОЖНЯТЬ СЮЖЕТ ИГРЫ ОТ УРОКА К УРОКУ, ОТ КЛАССА К КЛАССУ, ИНАЧЕ ОНА МОЖЕТ НАДОЕСТЬ РЕБЕНКУ;

- ДОХОДЧИВО ОБЪЯСНЯТЬ ПРАВИЛА ИГРЫ ВСЕМ ДЕТЯМ, ЕСЛИ ЭТОГО НЕ СДЕЛАТЬ, ИГРА ПОТЕРЯЕТ ДЛЯ НИХ ВСЯКИЙ СМЫСЛ;

- ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ВЫБРАТЬ ВОДЯЩЕГО, СЛЕДИТЬ, ЧТОБЫ В ЭТОЙ РОЛИ ПОБЫВАЛИ ВСЕ ИГРАЮЩИЕ НИ У КОГО НЕ ВОЗНИКЛО ОБИДЫ, ЧТОБЫ У ОБИЖЕННЫХ НЕ СФОРМИРОВАЛСЯ КОМПЛЕКС НЕПОЛНОЦЕННОСТИ. Необходимо подведение итогов игр.

Учет воспитательного потенциала уроков

Воспитательный потенциал предмета физическая культура реализуется через:

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организацию работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего отношения к ней;
- демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;
- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей раздела через подбор соответствующих упражнений;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих задач для решения;
- включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний;
- применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;
- применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
1	Подвижные игры на выбор. Правила игр.	1
2	Игра «Пастух и овцы»	1
3	Игра «Мышеловка».	1
4	Игра «Жмурки».	1
5	Игра «Мяч другому»	1
6	Игра « Постройся в круг»	1
7	Игра «Космонавты»	1
8	Игра « Салки – ноги от земли»	1
9	Игра «Медведи и пчёлы».	1
10	Игра «Бег сороконожек».	1
11	Праздник Игры.	1
12	Игра «Карусель»	1
13	Игра «Белые медведи»	1
14	Игра «Забегалы»	1
15	Игра «Лягушка»	1
16	Игра «Удочка»	1

17	Игра «Лягушата и цапля»	1
18	Игра «Бегуны и метатели»	1
19	Игра «Подвижная цель»	1
20	Игра «Быстро шагай!»	1
21	Игра «Не давай мяча водящему»	1
22	Игра «Перебежки под обстрелом»	1
23	Игра «Вышибалы»	1
24	Игра «Воробьи вороны»	1
25	Игра «Сало»	1
26	Игра «Зайцы в огороде»	1
27	Игра «Охотники и лисицы»	1
28	Игра «Ящерица»	1
29	Игра «Перестрелка»	1
30	Игра «У кого мяч?»	1
31	Игра «Стой!»	1
32	Игра «Пятнашки с мячом»	1
33	Игра «Защита укрепления»	1
34	Игра- праздник «Здравствуй лето!» (заключительные занятия)	1

