

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Мосальская средняя общеобразовательная школа №2**

**Приложение  
к ООП НОО ФГОС  
МКОУ МСОШ №2**

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
(спортивно-оздоровительная деятельность)**

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 3 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации.

Настоящая образовательная программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» направлена на формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Цель программы:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Цель может быть достигнута при решении ряда **задач**:

- 1.повышать двигательную активность младших школьников;
- 2.формировать систему организации подвижных народных игр развивающего и воспитывающего характера;
- 3.воспитывать у учащихся стремление больше знать о своей Родине;
- 4.развивать творческий подход к проведению русских народных игр;
- 5.воспитывать активность у детей, чувство взаимопонимания, поддержки.
- 6.воспитывать характер, волю, развивать нравственные чувства, интерес к народному творчеству; развивать ловкость, быстроту, выносливость

### **Общая характеристика.**

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность, которая рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках образовательного плана. Рабочая программа данного курса ориентирована на детей в возрасте от 6 до 8 лет и имеет спортивно-оздоровительную направленность. Внеурочная деятельность рассматривается в ООП школы отдельным блоком и осуществляется во второй половине дня. Подвижные игры нравятся практически всем детям без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательных навыков и умений, развитию основных физических качеств (силы, ловкости, выносливости, быстроты и гибкости), благотворно влияют на развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, формируют и воспитывают волевые качества личности. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.  
НАПРАВЛЕНИЕ ПРОГРАММЫ – спортивно-оздоровительное .

### **Место курса в учебном плане**

В соответствии с Образовательной программой и учебным планом школы, рабочая программа в 3 классе рассчитана на 34 часа в год при 1 часе в неделю.

### **Содержание учебного предмета**

Содержание внеурочного курса «Подвижные игры» направлено на воспитание таких качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека, а также на развитие различных форм двигательной активности для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни. В результате освоения программы у детей будут достигнуты следующие результаты:

**Личностными результатами** курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

освоения 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 (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 результаты реализации** курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:**

умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

планирование общей цели и пути её достижения;

распределение функций и ролей в совместной деятельности;

конструктивное разрешение конфликтов;

осуществление взаимного контроля;

оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;

принимать и сохранять учебную задачу;

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

различать способ и результат действия;

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, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;

перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

устанавливать причинно-следственные связи

## **КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:**

взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

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;

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

формулировать собственное мнение и позицию;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

учиться выполнять различные роли в группе.

освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

## **Предметные результаты**

Первостепенным результатом реализации курса внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие. освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» 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.

#### **Ожидаемые результаты:**

В результате изучения курса ученик *научится:*

выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на занятиях внеурочной деятельности;

составлять и выполнять режим дня;

соблюдать правила гигиены, правила закаливания, приёма пищи и соблюдения питьевого режима;

выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

играть в подвижные игры-эстафеты, игры с мячом, с прыжками, с бегом;

демонстрировать уровень физической подготовленности;

выполнять строевые упражнения;

выполнять разминки в движении, на месте, с обручами, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом;

выполнять комплексы утренней зарядки.

Ученик получит возможность научиться:

выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах

## **Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» по модулям**

### **Модуль1: Игры с бегом (5ч)**

Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. развитие ориентации в пространстве, формирование чувства ритма. Развитие групповых взаимодействий, быстроты реакции, координации. Развитие и совершенствования навыка командных действий.

### **Модуль2: Игры с мячом (5ч)**

Развитие координационных способностей. Общеразвивающие упражнения с мячом, обручем. Игры на развитие координационных способностей

### **Модуль3: Игры с прыжками (5 ч)**

Развитие координационных способностей. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Игры на развитие координационных способностей.

### **Модуль4: Зимние забавы (5 ч)**

Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. развитие ориентации в пространстве, формирование чувства ритма. Развитие групповых взаимодействий, быстроты реакции, координации. Развитие и совершенствования навыка командных действий.

### **Модуль5: Кто сильнее? (5ч)**

Развитие силовых качеств, выносливости, координации движений, глазомера, быстроты реакции, силы удара, находчивости.

### **Модуль6: Игры-аттракционы (5 ч)**

Развитие быстроты, ловкости, смекалки, находчивости, чувства коллективизма, ответственности за себя и команду, умения согласованно действовать в команде. Формирование умений играть в подвижные игры с разными предметами.

### **Модуль7: Игры-эстафеты (4 ч)**

Развитие ловкости, быстроты и точности движений, выносливости. Развитие чувства коллективизма, ответственности за себя и команду, умения согласованно действовать в команде.

## **Материально-техническое обеспечение:**

- 1.Ноутбук
- 2.Колонки.
- 3.Мультимедийный проектор.

## **Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:**

- 1.Мячи резиновые, волейбольные.
- 2.Скакалки гимнастические.
- 3.Обручи гимнастические.
- 4.Мячи баскетбольные для мини-игры
- 5.Аптечка медицинская

## **Тематическое планирование**

<b>№</b> <b>п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1.</b>	<b>Игры с бегом (общеразвивающие игры).</b>	<b>5</b>

2.	Игры с мячом	5
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5
4	Зимние забавы.	5
5	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки	5
6.	Игры-аттракционы	5
7.	Эстафеты	4
	ИТОГО	34

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	Количество часов
1.	01.09	Инструктаж по технике безопасности. Инструкция №016. Игры «Филин и пташки», «Круговые пятнашки».	1
2.	08.09	Игра «Палочки – выручалочки».	1
3.	15.09	Игра «Много троих, хватит двоих».	1
4.	22.09	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1
5.	29.09	Игры «Дай руку», «Перебежки в парах».	1
6.	06.10	Игра «Летучий мяч	1
7	13.10	Игра «Гонка мячей»	1
8	20.10	Игра «Попади в цель»	1
9	27.10	Игры «Стой!», «Пушбол».	1
10	10.11	Игры «Мяч – соседу», «С двумя мячами навстречу»	1
11	17.11	Игра «Кружилиха	1
12	24.11	Игра «Скакалка-подсекалка».	1
13	01.12	Игра «Придумай и покажи».	1
14	08.12	Игра «Успей пробежать!»	1
15	15.12	Игра «Под скакалкой на месте».	1
16	22.12	Игра «Снежный тир».	1
17	29.12	Игра «На санках с пересадкой».	1
18	12.01	Игра «Строим крепость»	1
19	19.01	Игра «Осада снежной крепости».	1
20	26.01	Игра «Лепим снеговика»	1
21	02.02	Игры «Бой петухов», «Третий лишний с сопротивлением»	1
22	09.02	Игра «Сильная хватка»	1

<b>23</b>	16.02	Игра «Борьба за палку», «Скачки»	1
<b>24</b>	23.02	Игра «Выталкивание в приседе».	1
<b>25</b>	01.03	Игры «Тяни в круг» «Слон».	1
<b>26</b>	15.03	Игра «Неуловимый шнур».	1
<b>27</b>	22.03	Игра «Вокруг стульев».	1
<b>28</b>	04.04	гра «Вернись в круг»»	1
<b>29</b>	11.04	Игра «Проворные мотальщики».	1
<b>30</b>	18.04	Игра «Быстрые пальцы	1
<b>31</b>	25.04	Эстафета с передачей мяча.	1
<b>32</b>	10.05	Весёлая эстафета с воздушными шарами	1
<b>33</b>	17.05	Встречная эстафета	1
<b>34</b>	24.05	Эстафета по кругу.	1