

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Руководитель ШМО

В.А. Сидорова
«31» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР
О.В. Николаева
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы
Э.В. Николаев

31 АВГ 2023



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Подвижные игры»

1 класс(а)ов

на 2023-2024 учебный год

Составил(а):
учитель Роман Евсеевич Мелеевич

Хорошово 2023г.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные УУД:

- 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 (познавательные, регулятивные, коммуникативные) УУД:

- 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;
- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать, контролировать и оценивать учебные действия обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее 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;
- договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные УУД:

- представлять занятия 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить разминки с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- 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;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- 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.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Теория	Практика
1.	Формирование системы знаний. Профилактика травматизма во время занятий. 1.1. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Техника безопасного поведения на занятиях во время подвижных игр.	1	1	
2.	Подвижные игры – средство развития основных двигательных качеств. 2.1. Подвижные игры 2.2. Русские народные игры 2.3. Эстафеты 2.4. Игры разных народов	31	Теоретический материал включен во все занятия внеурочной деятельности.	11 10 5 5
3.	Промежуточная аттестация 3.1. Промежуточная аттестация (тестовая работа)	1	1	
	Итого:	33	2	31

Краткое содержание учебного раздела (темы)

1. Формирование системы знаний. Профилактика травматизма (1 ч)

Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Техника безопасного поведения на занятиях во время подвижных игр (1 ч)

Основные этапы развития русских подвижных игр. Влияние занятий подвижными играми на состояние здоровья. Правила предупреждения травматизма во время занятий, организация мест занятий, подбор инвентаря, соблюдение дисциплины в условиях игровой деятельности.

2. Подвижные игры – средство развития основных двигательных качеств (31ч)

Весь материал разделяется на отдельные темы:

Подвижные игры (11ч)

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

Подвижная игра «Запрещённое движение» (1ч)

Подвижная игра «Играй, мяч не теряй» (1ч)

Подвижная игра «Снайперы» (1ч)

Подвижная игра «Зайцы, сторож и Жучка» (1ч)

Подвижная игра «Вышибалы» (1ч)

Подвижная игра «Пустое место» (1ч)

Подвижная игра «Не намочи ног» (1ч)

Подвижная игра «Охотники и утки» (1ч)

Подвижная игра «Пчёлки» (1ч)

Подвижная игра «День и ночь» (1ч)

Подвижная игра «Подвижная цель» (1ч)

Русские народные игры (10ч)

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

Русская народная игра «У медведя во бору» (1ч)

Русская народная игра «Палочка-выручалочка» (1ч)

Русская народная игра «Заря» (1ч)

Русская народная игра «Игровая» (1ч)

Русская народная игра «Шлепанки» (1ч)

Русская народная игра «Медведь и возжак» (1ч)

Русская народная игра «Белки, орехи и шишки» (1ч)

Русские народные игры «Чехарда», «Змейка» (1ч)

Русская народная игра «Цепи кованные» (1ч)

Русская народная игра «Два мороза» (1ч)

Эстафеты (5ч)

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимания, навыков передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Эстафета «Кенгуру» (1ч)

Эстафета «Переправа» (1ч)

Эстафета «Передача мяча в колоннах» (1ч)

Эстафета «Передача Олимпийского огня» (1ч)

Эстафета «Прыжки через кочки» (1ч)

Игры разных народов (5ч)

«Игры разных народов». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России и по соседству. Развитие силы, ловкости и физических способностей. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

Башкирские народные игры «Юрта», «Палка-кидалка» (1ч)

Украинская народная игра «Колдун» (1ч)

Татарская народная игра «Скок-перескок» (1ч)

Беларусская народная игра «Перетягивание» (1ч)

Мордовская народная игра «Ключи» (1ч)

Промежуточная аттестация (1ч)

Промежуточная аттестация (тестовая работа) (1ч)

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям -знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

3. Тематическое (календарно-тематическое) планирование

№ п/п	Наименование темы занятия	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся	Дата проведения	Корректировка
Формирование системы знаний. Профилактика травматизма (1 ч)					
	Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Техника безопасного поведения на занятиях во время подвижных игр	1	Доклад (лекция): Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Техника безопасного поведения на занятиях во время подвижных игр. Просмотр презентации.		
Подвижные игры – средство развития основных двигательных качеств (31ч)					
Подвижные игры (11ч)					

2	Подвижная игра «Запрещённое движение»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
3	Подвижная игра «Играй, мяч не теряй»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
4	Подвижная игра «Снайперы»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
5	Подвижная игра «Зайцы, сторож и Жучка»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
6	Подвижная игра «Вышибалы»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
7	Подвижная игра «Пустое место»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
8	Подвижная игра «Не намочи ног»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
9	Подвижная игра «Охотники и утки»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
10	Подвижная игра «Пчёлки»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
11	Подвижная игра «День и ночь»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
12	Подвижная игра «Подвижная цель»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
Русские народные игры (10ч)					
13	Русская народная игра «У медведя во бору»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
14	Русская народная игра «Палочка-выручалочка»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
15	Русская народная игра «Заря»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
16	Русская народная игра «Игровая»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
17	Русская народная игра «Шлепанки»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
18	Русская народная игра «Медведь и вожак»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		

19	Русская народная игра «Белки, орехи и шишки»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
20	Русские народные игры «Чехарда», «Змейка»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
21	Русская народная игра «Цепи кованные»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
22	Русская народная игра «Два мороза»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
Эстафеты (5ч)					
23	Эстафета «Кенгуру»	1	ОРУ. Правила проведения эстафеты. Проведение эстафеты. Подведение итогов эстафеты.		
24	Эстафета «Переправа»	1	ОРУ. Правила проведения эстафеты. Проведение эстафеты. Подведение итогов эстафеты.		
25	Эстафета «Передача мяча в колоннах»	1	ОРУ. Правила проведения эстафеты. Проведение эстафеты. Подведение итогов эстафеты.		
26	Эстафета «Передача Олимпийского огня»	1	ОРУ. Правила проведения эстафеты. Проведение эстафеты. Подведение итогов эстафеты.		
27	Эстафета «Прыжки через кочки»	1	ОРУ. Правила проведения эстафеты. Проведение эстафеты. Подведение итогов эстафеты.		
Игры разных народов (5ч)					
28	Башкирские народные игры «Юрта», «Палка-кидалка»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
29	Северо-осетинские народные игры «Метание с плеча», «Метание снизу»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
30	Украинская народная игра «Колдун»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
31	Беларусская народная игра «Перетягивание»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
32	Мордовская народная игра «Ключи»	1	ОРУ. Правила игры. Отработка игровых приёмов. Проведение игры.		
Промежуточная аттестация (1ч)					
33	Промежуточная аттестация (тестовая работа)	1			