

# **МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Алтайского края

МКУ "Комитет Администрации Бийского района по образованию и делам молодёжи"

Филиал № 1 МБОУ "Первомайская СОШ"

СОГЛАСОВАНО:  
Протокол заседания  
Методического совета  
От 25.08.2023г. №5

СОГЛАСОВАНО:  
Заместителя  
директора по УВР  
От 27.08.2023г  
О. И. Петровой

ПРИНЯТО:  
Протокол заседания  
Педагогического  
совета  
От 28.08.2023г. № 14

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ  
«Первомайская СОШ»  
М. Ю. Беляева  
Приказ № 133 -П§ 1  
От 28.08.02023г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса дополнительных занятий**

**по физической культуре**

**«Спортивные игры»**

**для 1-4 классов**

**2023-20234учебный год**

Составитель:

Колупаев Юрий Григорьевич

Учитель физики.

п. Ясная Поляна

2023 г.

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа «Подвижные игры» рассчитана на 34 часа в год из расчёта 1 час в неделю. Отличительной чертой реализации данной программы является отсутствие спортивного зала или приспособленного помещения для занятий.

Главной целью является укрепление здоровья детей, гармоничного развития, физического и творческого начала.

Достоинство программы заключается в том, что она способствует физическому оздоровлению детей, доступна для детей из семей со средним достатком, альтернатива безнадзорности и вредным привычкам; формирует у школьников чувство ответственности, взаимной поддержки и взаимопомощи, помогает формированию дружного коллектива обучающихся.

«Мы должны быть сильными как наши спортсмены, мы должны быть сильными, и умными, и современными» по словам Д.А. Медведева.

Подвижная игра – естественный спутник жизни, ребенка, 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; ее культуре и наследию.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста.

Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных

звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры и внеурочной работой. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься и играть в игры, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой.

### **Цель программы:**

Создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
- В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1-4 классов должны:
  - иметь представление:
    - о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
    - о режиме дня и личной гигиене;
    - о способах изменения направления и скорости движения;
    - об играх разных народов;
    - о соблюдении правил игры
  - уметь:
    - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
    - играть в подвижные игры;
    - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
    - выполнять строевые упражнения;
    - соблюдать правила игры

## **Результаты:**

### **Личностные результаты:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных игровых ситуациях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорности в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

### **Предметные результаты:**

- знать правила поведения и профилактики травматизма на занятиях спортом, соблюдать личную гигиену, планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием подвижных игр;
- соотносить результаты выполнения двигательных действий с эталоном – рисунком, образцом, правилом;
- устанавливать различия в физической нагрузке по частоте сердечных сокращений (пульсу) при выборе игры и регулировать напряженность физической нагрузки;
- выполнять задания в игре для определения уровня развития физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий игры, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

### **Метапредметные результаты:**

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении игровых заданий, отборов способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми
- организация самостоятельной игровой деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализ и объективная оценка результатов самостоятельной игры, поиск возможностей и способов ее улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.
- 

### **Оздоровительное значение подвижных игр:**

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

**Планируемые результаты:**

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

**Календарно-тематическое планирование «Подвижные игры» 1-4 класс.**

№ п/п	Тема занятия.	Кол-во часов
1.	Инструктаж по ТБ на занятиях подвижных игр. Подвижная игра «Класс, смирно!»	1
2.	Подвижная игра «Салки» /различные варианты/.	1
3.	Соревнования по «Пионерболу».	1
4.	Эстафеты с разными предметами.	1
5.	Экскурсия в сад.	1
6.	Весёлые старты.	1
7.	Подвижная игра «Воробьи-вороны».	1
8.	Подвижная игра «Муравейник».	1
9.	Соревнования в беге 1500 м.	1
10.	Подвижная игра «Воробьи-вороны».	1
11.	Подвижная игра «Белые медведи».	1
12.	Инструктаж по ТБ на занятиях лыжной подготовкой. Строевые упражнения с лыжами.	1
13.	Техника ступающего шага и одноопорное скольжение.	1
14.	Техника подъёма «лесенкой».	1
15.	Соревнования в беге 1000 м.	1
16.	Подвижные игры на лыжах.	1
17.	Значение занятий ФК и спортом на свежем воздухе. Прохождение дистанции 2000 м.	1

18.	Подвижные игры на лыжах.	1
19.	Техника подъёма «лесенкой».	1
20.	Спуски в низкой стойке.	1
21.	Экскурсия на лыжах.	1
22.	Техника поворота переступанием.	1
23.	Подвижная игра «Салки» /различные варианты».	1
24.	Эстафеты с разными предметами.	1
25.	Подвижная игра «День и ночь».	1
26.	Метание мячей по цели.	1
27.	Подвижная игра «Муравейник».	1
28.	Подвижная игра «У медведя во бору».	1
29.	Соревнования по «Пионерболу».	1
30.	Экскурсия в сад.	1
31.	Весёлые старты.	1
32.	Подготовка к весенней спартакиаде.	1
33.	Эстафеты с разными предметами.	1
34.	Весенняя спартакиада.	1
	Итого: 34 часа в год.	34

### **Описание учебно-методического и материально-технического:**

- Справочник учителя физической культуры/ авт.-сост. П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011;
- Методическое пособие «Тридцать уроков здоровья для первоклассников», Москва, Творческий центр, 2003 г.;
- Пособие для учителя «Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы», Москва «Школьная пресса, 2002 г.;
- Методическое пособие «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе» авт. Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин, Москва, Дрофа, 2005 г.;
- Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе, авт.-сост. О.В. Белоножкина и др.- Волгоград: Учитель, 2006 г.
- Турники разновысокие;
- Гимнастическая стенка;
- Канат для лазания;
- Гимнастические маты;
- Футбольное поле (сетка для ворот);
- Волейбольная площадка (сетка волейбольная);
- Теннисные мячи для метания;
- Мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные);
- Скакалки гимнастические;
- Палки гимнастические;
- Лыжи, лыжные палки, лыжные ботинки;

**ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**  
**«Подвижные игры»**

<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Дата не выдачи</b>	<b>Дата выдачи</b>	<b>Причина</b>