

Муниципальное общеобразовательное учреждение Брядинская казачья
кадетская средняя школа имени Народной артистки РФ Е.А. Сапоговой

РАССМОТРЕНО


Руководитель ШМО

 Буторина Т.А.

Приказ №1
от «29.» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Замдиректора по УВР

 Аксак А.Н.

«30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

 Жваикова Е.А.
Приказ №1 50
от «30» 08 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 4 класса
на 2023-2024 учебный год

Срок реализации программы: 1 год

Число часов в неделю: 1ч

Число часов в год: 34 ч

Брядино, 2023

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Игры с бегом (5 часов)

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда - обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, желуди, орехи». Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

Игра малой подвижности (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Зимние забавы (3 часа)

Теория. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Практические занятия:

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Народные игры (5 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы 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.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Предметные результаты

- 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;
- организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- 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;
- 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;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
- уметь играть в подвижных играх с бегом, прыжками, метаниями; элементарно владеть мячом: держание, передача на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребёнка.

Тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	ЭОР (Электронные образовательные ресурсы)	Форма проведения занятия	Деятельность учителя с учетом программы воспитания	Дата
Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (11ч)						
1.	ТБ. Игра «Мешочек».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Правила поведения на уроке; соблюдение техники безопасности; установка в начале урока «Услышим друг друга на уроке».	01.09
2.	Игра «Бег командами»	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	08.09
3.	Игра «Городок».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	15.09
4.	Игра «Ловкие ребята».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	22.09
5.	Игра «Пятнашки в кругу».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	29.09
Раздел 2. Игры с мячом (5ч)						
6.	Игра «Мяч среднему».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	06.10
7.	Игра «Мяч в центре».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	13.10
8.	Игра «Мяч – соседу».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	20.10

9.	Игра «Отгадай, кто бросил.	1	ura.ru/mobile_game Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	27.10
10.	Игра «Мяч в центре».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	03.11
Раздел 3. Игры с прыжками (5ч)						
11.	Игра «Зайцы в огороде».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	10.11
12.	Игра «Туда-обратно».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	17.11
13.	Игра «белые медведи».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	24.11
14.	Игра «Карусели».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	01.12
15.	Игра «Ловушка».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	08.12
Раздел 4. Игры малой подвижности						
16.	Игра «Что изменилось?».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	15.12
17.	Игра «Кто дальше бросит?».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	22.12
18.	Игра «Точный телеграф».	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	29.12

			me			
19.	Игра «Наблюдатели».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	12.01
20.	Игра «Ориентирование безкарты».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	19.01
21.	Игра «Пустое место».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	26.01
Раздел 5 Зимние забавы. (3ч)						
22.	Игра «Снежком по мячу».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	02.02
23.	Игра «Кто дальше»	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	09.02
24.	Игра «Быстрый лыжник».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	16.02
Раздел 6 Эстафеты (6ч)						
25.	«Кто первый?», эстафета парами.	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	01.03
26.	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча.	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	15.03
27.	Эстафета с лазанием и перелезанием,	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	22.03
28.	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки,	1	Физкульт.Ура https://www.fizkura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	29.03

29.	«веревочка под ногами». Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	05.04
Раздел 7. Народные игры (4ч)						
30.	Игра «Салки с домом»	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	12.04
31.	Игра "Салки".	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Поручение; просьба учителя; поддержка; поощрение.	19.04
32.	Игра "Малечина - колечина".	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	26.04
33.	Игра "Коршун".	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	03.05
34.	Игра "Бабки".	1	Физкульт.Ура https://www.fizku.lt-ura.ru/mobile_game	Практическое занятие	Игровые процедуры на уроке	10.05

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- 1) Физическая культура, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- 2) Физическая культура, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- 1) «Физическая культура в школе» книга для педагога, Ю.А. Янсон; Ростов н/Д: «Феникс», 2004г
- 2) «Справочник учителя физической культуры», П.А. Киселев, С.Б. Киселева; Волгоград: «Учитель», 2008г.
- 3) «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И. Дереклеева; М: «ВАКО», 2007г.
- 4) «Подвижные игры. Практический материал», Л.В. Былеева, И.М. Коротков, Р.В. Климова, Е.В. Кузьмичева; М.: СпортАкадемПресс, 2002г.
- 5) «500 игр и эстафет», В.В. Кузин, С.А. Полиевский, А.Н. Глейберман, И.П. Залетаев, И.М. Борисов; М.: Физкультура и спорт, 2000г.
- 6) «Физическая культура. Упражнения и игры на занятиях в начальной школе», В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2006г.
- 7) «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами», В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий; М.: «Издательство НЦ ЭНАС», 2002г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- 1) <http://spo.1september.ru/> 1 сентября журнал «Спорт в школе»
- 2) <http://zdd.1september.ru/> 1 сентября журнал «Здоровье детей
- 3) <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library> Социальная сеть работников образования