

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет администрации г. Славгорода Алтайского края по образованию
Филиал МБОУ «Славгородская СОШ» - «Максимовская ООШ»

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШУМО
учителей начальных классов

 /Киз С.Л./

Протокол №1
от « 29 » августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР

 Дроздова Т.В./

Протокол №1
от « 29 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Славгородская
СОШ»

 Лирская С.А./

Приказ №534
от « 29 » августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»
для обучающихся 2, 4 классов**

Автор-составитель программы: Видман Ирина Викторовна,
учитель начальных классов, высшей квалификационной категории

с. Максимовка, г. Славгород, Алтайский край
2024 г

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры», для 2,4 классов, разработана в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897, с последними изменениями от 31.12.2015 г. №
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2. 2821-10), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010г. №189, с учетом внесенных изменений № 81 от 24.11.2015 г.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2018 № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» с изменениями в приказах № 632 от 22.11.2019 г. и № 249 от 18.05.2020 г. (для всех педагогов).

Цель:

содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, формировать коммуникативные компетенции.

Система начального образования обладает достаточным потенциалом для реализации основ воспитательной системы индивидуально-творческой ориентации ребёнка на процесс здоровьесбережения. Поэтому необходимо в школе создание программы по сохранению здоровья ребёнка. Всем нам хочется видеть детей здоровыми, жизнерадостными, счастливыми. Как сделать, чтобы ребенок жил в ладу с самим собой, с окружающим миром? Секрет этой гармонии прост: здоровый образ жизни. Он включает в себя и поддержание физического здоровья, и отсутствие вредных привычек, и стремление оказать помощь тем, кто в ней нуждается. Общеизвестным считается тот факт, что именно образ жизни определяет здоровье человека на 50-55%. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и важна в связи с резким снижением процента здоровья детей, увеличением числа имеющих хронические заболевания, неврозы. Причины такого состояния- нарушение экологии, гиподинамия, состояние социальной среды, незнание своего организма. Если мы научим с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять здоровье, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только личностно, но и физически. Здоровый образ жизни должен стать потребностью каждого современного человека. В системе жизненных ценностей на первом месте должны стоять здоровье и необходимость его сохранения и укрепления. События, происходящие в нашей стране, поставили новые задачи перед учителями и организаторами досуга детей. Для педагогов особенно важна задача непрерывности учебно-воспитательного процесса.

Особенность этой задачи в том, чтобы проводить эту работу ненавязчиво, дать возможность детям отдохнуть, сменить вид деятельности и сделать мягкий переход от классно-урочной системы к активным, содержательным видам отдыха: соревнованиям и играм.

У детей 7—10 лет преобладает предметно-образное мышление. Тематика их игр по сравнению с играми дошкольников значительно богаче. Младшие школьники любят игры с разделением на команды. В этом возрасте не рекомендуются проводить игры с однообразными движениями или длительным сохранением статических положений тела, а также с переноской тяжестей и перетягиванием.

Особенности строения организма и функции сердечнососудистой системы младших школьников таковы, что нужно проводить подвижные игры с интенсивными, но короткими периодами движений и небольшими перерывами для отдыха.

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. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Сроки реализации программы—1год обучения,1 час в неделю, 34 учебных часа.

Содержание программы

1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.

2. Мир вокруг меня и в нём. (6 часов).

Человек неповторим. Он индивидуален и имеет свое мнение, свои чувства. И мы должны это знать и уважать каждого человека. Твоя семья, её состав. Взаимопомощь в семье. Роль в семье каждого члена, профессии родственников. Твоя помощь в семье. Обязанности членов семьи. Как происходит общение людей, для чего это нужно. Как надо вести себя в школе, от чего зависит настроение в школе, как его улучшить. Чем лучше заняться после школы. Вредные привычки, что мы о них знаем.

3. Уроки Мойдодыра. (14 часов)

Для чего нужно умываться и купаться. Где скапливается грязь на теле человека, что способствует скапливанию грязи, что случается с грязнулей. Что может случиться с глазами и зрением, комплекс зарядки для глаз. От чего защищает кожа, её устройство, травмы и заболевания кожи, правила ухода за ней. Молочные и постоянные зубы, как устроен зуб, болезни зубов, как чистить зубы, чем питаться, чтобы зубы были здоровыми. Устройство системы пищеварения, продукты наиболее полезные растущему организму. Зачем человеку сон, сколько надо спать, что делает сон полноценным. Почему мы простужаемся, простейшие способы закаливания. Что надо знать о лекарствах, как ими пользоваться.

4. Охрана жизни человека. (8 часов)

В каком возрасте нужно учиться плавать, правила безопасности на воде. Правила безопасности на улице, подвижные игры. Как избежать отравлений. Безопасность на улице при любой погоде. Правила дорожного движения. Подвижные игры народов мира.

5. Игры народов. (5 часа)

Русские народные игры: «Гуси-лебеди», «Жмурки», «Щука и караси», «Кот и Мышь»

Татарские народные игры: «Займи место», «Перехватчики», « Кто первый?».

Весёлые старты.

Планируемые результаты освоения курса «Спортивные игры»

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений: 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 общие интересы.

Метапредметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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. 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.

Данная работа ведется на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде следующих **форм** :

- Подвижных игр,
- Народных оздоровительных игр,
- прогулок,
- спортивно-оздоровительных часов,
- физкультурных праздников,
- спортивных соревнований.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 2,4 классов составлено с учетом рабочей *программы воспитания*. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

1. Развитие ценностного отношения к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать.
2. Развитие ценностного отношения к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение.
3. Развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов всего	Теория	Практика	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводное занятие	1	1	-	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/norms
2	Мир вокруг меня и я в нём	6	3	3	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/norms
3	Уроки Мойдодыра	14	7	7	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/norms
4	Охрана жизни человека	8	-	8	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/norms
5	Игры народов	5		5	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game https://resh.edu.ru/ https://www.gto.ru/norms
	Итого:	34	11	23	

Поурочное планирование

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата изучения	ЭОР
1	Вводное занятие	1		https://resh.edu.ru/
2	Я-неповторимый человек. Кто тебя окружает. Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Для чего люди общаются. Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Настроение в школе. Поведение в школе. Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Занятия после школы. Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу.	1		https://resh.edu.ru/
6-7	Вредные привычки. Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик».	2		https://resh.edu.ru/
8	Кто нас лечит. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки».	1		https://resh.edu.ru/
9	Что такое здоровье. Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».	1		https://resh.edu.ru/

10	Забота о глазах. Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11	Забота о коже. Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12	Уход за зубами. Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13	Как следует питаться. Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14	Как сделать сон полезным. «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15	Как закаляться. Обтирание, обливание. Умывание и купание. «Кто дольше не собьётся», «Удочка».	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16	Умывание и купание. Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее»	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17	Почему мы бодем. Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка»	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18	Нужные и ненужные лекарства. «Трамвай», «Найди себе пару».	1		https://resh.edu.ru/
19	Я прививок не боюсь, если надо уколую. «Гонки » «Попади в цель».	1		https://resh.edu.ru/
20	Ещё раз о лекарствах. Татарские народные игры: «Займи место», «Перехватчики», « Кто первый?»	1		https://resh.edu.ru/
21	Кто и как предохраняет нас от болезней. Игры на быстроту«Шишки, желуди, орехи»,	1		https://resh.edu.ru/
22-23	Как правильно вести себя на воде. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето»	2		https://resh.edu.ru/

24-25	Как вести себя на проезжей части дороги и на тротуаре. Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен»	2		https://www.gto.ru/norms
26-27	Как избежать отравлений. «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде».	2		https://www.gto.ru/norms
28-29	Безопасность на улице при любой погоде. Правила дорожного движения. Игры «Успей поймать», «Космонавты».	2		https://www.gto.ru/norms
30-31	Подвижные игры народов . Русские народные игры: «Гуси-лебеди», «Жмурки», «Щука и караси», «Кот и Мышь» Татарские народные игры: «Займи место», «Перехватчики», « Кто первый?»	2		https://www.gto.ru/norms
32-34	Весёлые старты.	3		https://www.gto.ru/norms