


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с. Большой Толкай
муниципального района Похвистневский
Самарской области

Проверено:

Зам. директора по УВР


 Марухова Н.Ю.
от 24.08.2020 г.

Рассмотрено на заседании м/о

протокол №1 от 24.08.2020 г.

Утверждено:

Директором школы

 Бочарова Е.И.

Приказ №30 от 24.08.2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

4 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе программы по внеурочной деятельности – сборник «Программы внеурочной деятельности под редакцией Д.В. Григорьева, Б.В. Куприянова Москва Просвещение 2011 г -по спортивно-оздоровительному направлению для начальной школы. Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Актуальность использования игры во внеурочной деятельности школьников заключается в том, что игровое общение оказывается мощным воспитательным средством, потому что позволяет педагогу совершать разнообразные манёвры в поле делового и личностного общения. Школьник выбирает из игрового поведения педагога то, что ему ближе. В игре всё условно, поэтому можно свободно принимать – не принимать, отвечать – не отвечать на посылаемые «воспитательные сигналы», т. е. в игре у ученика и педагога больше пространства для самореализации.

В многообразии определений игры в качестве опорного приведём следующее: игра есть действие, протекающее в определённых рамках места, времени, смысла в обозримом порядке и по добровольно принятым правилам, вне сферы материальной пользы и необходимости; сопровождающееся настроением и чувствами подъёма и напряжения, отрешённости и восторга (Й. Хейзинг «Человек играющий»)

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Исполон 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.

В основе подвижной игры лежат двигательные действия участников с предметами или без них. Сюжет и правила подвижной игры регламентируют характер двигательных действий участников игры. Подвижные игры обычно характеризуются образностью, даже символичностью действий, физической мобилизацией участников, раскрепощённостью, непринуждённостью поведения участников игры, зависимость успеха от избирательности участника игры в способах решения игровой задачи и физической подготовленности, динамичностью игровой ситуации, распределением среди участников игровых ролей (зависящих от сюжета игры и ориентированных на выполнение определённых функций в игровом взаимодействии). Воспитательная функция подвижных связана с развитием таких физических качеств, как быстрота, ловкость, сила, выносливость, гибкость и т. д.

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, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем младшим школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки

детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Алгоритм работы с играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игры.
5. Проведение игры.
6. Обсуждение игры (рефлексия), подведение итогов.

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

Задачи:

- 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;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям применению их в различных по сложности условиях;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Роль и место данного курса.

Подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Передовые представители культуры: К.Д. Ушинский, Е.А. Покровский, Д.А. Колодца, Г.А. Виноградов и др., заботясь о просвещении, образовании и воспитании детей, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры, чтобы донести до потомков народный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное,

уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

Содержание программы определено с учётом:

- возрастных, психофизиологических и индивидуальных особенностей учащихся, интересов и потребностей учащихся,
- тенденции развития воспитания и образования.

Ожидаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты игровой деятельности школьников распределяются по трём уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьником знаний:

- о правилах ведения социальной коммуникации;
- о принятых в обществе нормах отношения к другим людям, рисках и угрозах нарушения этих норм;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- о способах организации взаимодействия людей и общностей;
- о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

- развитие ценностных отношений школьника к другому человеку как таковому (гуманность), как «Другому» (альтруизм), как «Иному» (толерантность);
- стремления к свободному, открытому общению в позиционных общностях.

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):

- приобретение школьником опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими учащимися;
- опыта управления коммуникацией с другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей;
- опыта позиционного самоопределения в открытой общественной среде;
- опыта волонтерской (добровольческой) деятельности.

В результате освоения программного материала по программе «Подвижные игры» обучающиеся будут:

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;
- о народной игре как средстве подвижной игры;

- об играх разных народов;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

ожидаемый результат

- 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.

Виды деятельности

№ п\п	Виды деятельности	Количество часов
1.	Сообщение элементарных знаний о ЗОЖ	5
2.	Изучение правил игр, соревнований, места занятий, инвентарь	10
3.	Проведение спортивных подвижных игр, народных игр	15
4.	Проведение занимательных подвижных игр	33
5.	Туристические походы.	5

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 4 КЛАССА

1. Формирование системы знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

3. Спортивные подвижные игры народов мира

Футбол (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом, игра в защите и нападении). Русская лапта (Правила игры, развитие основных навыков владения битой). Городки (Правила игры, основные фигуры, индивидуальные соревнования). Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

4. Занимательные подвижные игры.

Игры на развитие внимания:

«Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка», «Веснушки на макушке» и т.д.

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Роксалана в плену», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости, выносливости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «ЗАЯЦ БЕЗ ЛОГОВА», «САНТИКИ- САНТИКИ-ЛИМ-ПО-ПО», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

5. Туристические походы. прогулки.

Тематические

6. Тематический план 4 класс

№ п\п	Тема занятия	Количество часов
1.	Основы знаний о народной подвижной игре	2
2.	Занимательные игры	10
3.	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1
4.	Игры-эстафеты	7
5.	Подвижные игры разных народов	18

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№п\п	Тема занятия	Кол- во часов	Дата
1	Беседа «Твой новый режим дня»	1	
2	Экскурсия в осенний лес. «Красота осенней природы».	1	
3-4	Подвижные игры на внимание	2	
5-6	Занятие на футбольном поле «Учимся играть в футбол»	2	
7	Динамическая прогулка. «В гости к берёзкам».	1	
8-9	Игровая программа «Волшебница гигиена»	2	
10-12	Подвижные игры народов мира	3	
13-15	Подвижные игры на координацию движений	3	
16-20	Подвижные игры и упражнения со скакалками.	5	
21	Подвижные игры народов мира	1	
22	Беседа «Учимся не болеть»	1	
23	Спортивные соревнования «Весёлые старты»	1	
24-26	Игры на развитие ловкости и выносливости	2	
27	Подвижные игры народов мира	1	
28	Игровая программа «Наступает весна. Как ваше здоровье?»	1	
29-30	Подвижные игры народов мира	2	
31	Экскурсия в весенний лес. Подвижные игры.	1	
32	Подвижные игры народов мира	1	
33	Динамическая прогулка на водоём «Вода друг или враг?»	1	
34	Итоговое занятие «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»	1	

Итого 34 часа