

Рабочая программа

кружка «Подвижные игры»

класс – 3-4

на 2020-2021 учебный год

Количество часов в неделю – 1, всего за год – 34

Составитель учебной программы Чубаров Вячеслав Игоревич, учитель физической культуры

Год составления - 2020

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

**Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):** приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

**Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре. В результате реализации программы у учащихся будут сформированы УУД.

# Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

# Личностные результаты.

*У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:** *Учащийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

# Познавательные УУД: *Учащийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;  проявлять индивидуальные творческие способности.

# Коммуникативные УУД: *Учащийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

# Предметные результаты:

* формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня,

утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

## Результатом практической деятельности по программе «Подвижные игры» можно считать следующие критерии:

*Высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.*

*Повышается активность учащихся в мероприятиях школы, класса.*

*Высокий уровень активности родителей по вопросам сохранения здоровья.*

## В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 3-4 класса должны

##  иметь представление:

* *о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;*
* *о режиме дня и личной гигиене;*
* *о вредных и полезных привычках;*
* *о народных играх;*
* *о различных видах подвижных игр;*  *о соблюдении правил игры.*

##  уметь:

* *применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни:*

*занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;*

* *играть в подвижные игры;*
* *применять игры самостоятельно;*  *соблюдать правила игры;*  *работать в коллективе.*

**2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

**Форма организации:**

Кружок – форма добровольного объединения детей, оптимальная форма организации внеурочной деятельности в начальной школе.

Функции: расширение, углубление, компенсация предметных знаний; приобщения детей к разнообразным социокультурным видам деятельности; расширения коммуникативного опыта; организации детского досуга и отдыха.

**Виды внеурочной деятельности**:

1) игровая деятельность;

2) познавательная деятельность;

3) проблемно-ценностное общение;

4) досугово-развлекательная деятельность (досуговое общение);

5) спортивно-оздоровительная деятельность;

**Вводное занятие. Полезные привычки (1 ч.).** Знакомство с планом работы занятий. Режим дня школьника.

# Движение – это жизнь (32ч.).

Показать детям, как можно разнообразить активные игры в школе. Цель данного направления работы предоставить детям возможность узнать о важности активного образа жизни. Увеличить перечень активных игр для детей.

**Народные игры (6ч.)** Русские народные игры: «Водяной», «Гори – гори ясно», «Ручеек», «Гуси – лебеди». Игры разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Перепёлочка».

**Играя, подружись с бегом (6ч.)**: «Салки – догонялки», «Второй лишний», «Вышибала», «Круговая эстафета», «Вокруг стульев», «Кто быстрее».

**Сюжетные игры (3ч.)**: «Карлики – великаны», «Удочка», «Птицы и клетка».

**Подвижные игры с предметами (7ч.)**: «Лови – не лови», «Мяч по кругу», «Самый ловкий», Эстафеты с мячами, «Салки с мячом», «Передал – садись».

**Игры с метанием (1ч.)**: «Меткий стрелок», «Метание мешочков, теннисных мячей», «Вышибала», «Набрасывание колец».

**Игры на развитие психических процессов (6ч.)** (Мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость)**:** «Зеркало», «Запрещенное движение», «Соревнование ловких».

**Игры на развитие органов чувств и их памяти (2ч.)**: Игры для развития зрительной памяти «Назови приметы своего друга», «Назови предмет, которого в игре нет»; для развития чувства ритма «Определи по звуку предмет», «Повтори ритм»; для развития тактильных ощущений «Угадай фигуру».

# Теоретические знания о физической культуре, спорте, здоровом образе жизни (2ч.) загадки о видах спорта, пословицы и поговорки о ЗОЖ.

**3.Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п  | Тема  | Основное содержание занятия  | Колво часов  |
| 1.  | Вводное занятие, Полезные привычки.  | Знакомство с планом работы занятий. Режим дня школьника.  | 1  |
| 2.  | Народные игры  | Русская народная игра «Водяной». Развитие выносливости.  | 1  |
| 3.  |   | Русская народная игра «Гори – гори ясно». Развитие силы.  | 1  |
| 4.  |   | Русская народная игра «Ручеек». Развитие координации.  | 1  |
| 5.  |   | Русская народная игра «Гуси – лебеди». Развитие гибкости.  | 1  |
| 6.  | Игры на развитие психических процессов  | Игры на внимание «Зеркало». Развитие ловкости.  | 1  |
| 7.  |   | Игры на внимание «Запрещенное движение». Развитие быстроты.  | 1  |
| 8.  |   | Игры на внимание «Повтори ритм». Развитие выносливости.  | 1  |
| 9.  |   | Игры на внимание «Назови приметы друга» Развитие силы.  | 1  |
| 10.  |   | Игры на внимание «Назови предмет, которого в игре нет». Развитие координации.  | 1  |
| 11.  |   | Игры на внимание «Угадай фигуру». Развитие гибкости.  | 1  |
| 12.  | Сюжетные игры  | Сюжетная игра «Карлики – великаны». Развитие ловкости.  | 1  |
| 13.  |   | Сюжетная игра «Птицы и клетка». Развитие быстроты.  | 1  |
| 14.  |   | Сюжетная игра «Удочка». Развитие выносливости.  | 1  |
| 15.  | Теоретические знания о физической культуре и спорте  | Загадки о видах спорта. Развитие силы.  | 1  |
| 16.  | Играя, подружись с бегом  | Игра «Салки – догонялки». Развитие координации.  | 1  |
| 17.  |   | Игра «Второй лишний». Развитие гибкости.  | 1  |
| 18.  |   | Игра «Вышибала». Развитие ловкости.  | 1  |
| 19.  |   | «Круговая эстафета». Развитие силы.  | 1  |
| 20.  |   | Игра «Вокруг стульев». Развитие выносливости.  | 1  |
| 21.  |   | Игры «Кто быстрее». Развитие быстроты.  | 1  |
| 22.  | Подвижные игры с предметами  | Игра «Лови – не лови». Развитие ловкости.  | 1  |
| 23.  |   | Игра «Мяч по кругу». Развитие координации.  | 1  |
| 24.  |   | Игра «Самый ловкий». Развитие ловкости.  | 1  |
| 25.  |   | Игра «Салки с мячом». Развитие выносливости.  | 1  |
| 26.  |   | Игры-эстафеты с мячами. Развитие быстроты.  | 1  |
| 27.  |   | Игра «Передал – садись». Развитие гибкости.  | 1  |
| 28.  |   | Игра «Пятнашки». Развитие ловкости.  | 1  |
| 29.  | Народные игры.  | Украинская народная игра «Высокий дуб». Развитие силы.  | 1  |
| 30.  |   | Украинская народная игра «Колдун». Развитие выносливости. | 1  |
| 31.  | Игры с метанием  | Игры «Меткий стрелок», «Метание мешочков, теннисных мячей». Развитие ловкости.  | 1  |
| 32.  | Игры на развитие органов чувств и их памяти  | Игры для развития зрительной памяти «Назови приметы своего друга»; для развития чувства ритма «Повтори ритм»; для развития тактильной памяти «Фигуры на спине». Развитие координации.  | 1  |
| 33.  |   | Игры для развития зрительной памяти «Назови предмет, которого в игре нет»; для развития чувства ритма «Определи по звуку предмет»; для развития тактильной памяти «Фигуры на ладони».  | 1  |
| 34.  | Теоретические знания о Здоровом образе жизни  | Пословицы и поговорки о ЗОЖ.  | 1  |
|   |   | Итого:  | 34  |