

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и спорта Республики Карелия

Администрация Кондопожского муниципального района

Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 1

г. Кондопоги Республики Карелия

СОГЛАСОВАНО

На педагогическом совете

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ СОШ №1

Макарова Н.Н.

Приказ № 154 от «02» сентября 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для обучающихся 1А класса

«ИГРЫ В ДВИЖЕНИИ»

(спортивно-оздоровительное направление)

Составитель: Ивкович Наталья Анатольевна,
учитель начальных классов

г. Кондопога 2024 г.

I. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению «Игры в движении» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных 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 народных 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.

II. Общая характеристика курса

Курс «Игры в движении» в 1 классе способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций. 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. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны первокласснику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.

Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ. Игровая ситуация увлекает и воспитывает ребёнка, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности.

В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определённых игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению

сенсорной сферы младшего школьника, развитию его мышления и самостоятельности действий.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

III. Место курса в учебном плане

Программа курса «Игры в движении» в 1 классе рассчитана на 66 часов в год с проведением занятий 2 раза в неделю.

IV. Ценностные ориентиры содержания курса

Подвижные игры – важное средство воспитания. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Программа «Игры на движение» способствует укреплению здоровья первоклассников, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

V. Результаты освоения курса

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;

- 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 и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

VI.Содержание программы

1 класс - 66 часов

1.Русские народные игры – 14 ч

«Горелки», «Лапти», «Гуськи», «Заря», «Дядюшка Трифон», «Шлепанки», «Палочка-выручалочка», «Третий лишний», «Месим тесто», «12 палочек», «Салки», «Жмурки», «Лапта», «Четыре угла»

2.Игры разных народов – 12 ч

Адыгейские игры «Скачки»
Азербайджанские игры «Со спины лошадки»
Армянские игры «Цветы и ветерки»
Белорусские игры «Хлоп, хлоп, убегай!»
Грузинские игры «Игра в лягушек»
Дагестанские игры «Достань шапку», «Бег к реке»
Казачьи игры «Казаки»
Корейские игры «Человек, ружьё, тигр»
Северо-Осетинские игры «Жмурки-носильщики»
Татарские игры «Спутанные кони»
Украинские игры «Хлебец»
Чечено-Ингушские игры «Уточка»

3.Зимние забавы – 14 ч

Игры на снеговой площадке
«Быстрые и меткие», «Снежками в круг», «Живые мишени», «Снеговик», «Гонки снежных комков», «Льдинка», «Перебежки»
Игры на санках
«Гонка на санях», «Наперегонки», «Черепахи», «Тяни-толкай», «Кто кого перетянет», «Саный поезд», «Эстафета на санках»
Игры на лыжах
«На одной лыже», «С двумя палками», «Успей поднять», «Веер», «Кто первый?», «Танки», «Пятнашки на лыжах», «По следам»

4.Сюжетные игры – 8 ч

«Коршун», «Почта», «Краски», «Кот и мышь», «Филин и пташки», «Зайки», «Наседка и коршун», «Пчелки и ласточки», «Бабка – Ёжка»

5.Игры-эстафеты –4 ч

«С кочки на кочку», «Пингвины», «Эстафета кузнечиков», «Мостик и кошка», «Кто скорее?», «Сороконожка», «Огородники», «Эстафета со скакалкой»

6.Игры на свежем воздухе – 6 ч

«Белые медведи», «Ромашка», «Часы», «Хвосты», «Три, тринадцать, тридцать», «Картошка», «Что мы делали сегодня», «Тише едешь», «Вышибалы», «Хвост дракона»

7.Спортивные игры – 8 ч

Футбол. Волейбол. Баскетбол.

**VII. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся
(2 часа в неделю, всего - 66 часов)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий) по теме	Плановые сроки прохождения темы	Фактические сроки (и/или коррекция)
Русские народные игры (12 ч)				
1	Русская народная игра «Горелки»	Раскрывать понятие «игры в движении», что является подвижными, спортивными играми. Анализировать положительное влияние игр на укрепление здоровья и развитие человека. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Формулировать и соблюдать гигиенические требования к питанию, инвентарю, спортивной одежде и к занимающимся. Осваивать технику безопасности при проведении подвижных игр. Соблюдать дисциплину в спортивном зале и на игровой площадке. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.		
2	Русская народная игра «Лапти»			
3	Русская народная игра «Гуськи»			
4	Русская народная игра «Заря»			
5	Русская народная игра «Дядюшка Трифон»			
6	Русская народная игра «Шлепанки»			
7	Русская народная игра «Палочка-выручалочка»			
8	Русская народная игра «Третий лишний»			
9	Русская народная игра «Месим тесто»			
10	Русская народная игра «12 палочек»			
11	Русская народная игра «Салки»			
12	Русская народная игра «Жмурки»			
13	Русская народная игра «Лапта»			
14	Русская народная игра «Четыре угла»			
Игры разных народов (12 ч)				
15	Адыгейские игры «Скачки»	Познакомиться с играми разных народов.		

		Объяснять пользу подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		
16	Азербайджанские игры «Со спины лошадки»			
17	Армянские игры «Цветы и ветерки»			
18	Белорусские игры «Хлоп, хлоп, убегай!»			
19	Грузинские игры «Игра в лягушек»			
20	Дагестанские игры «Достань шапку», «Бег к реке»			
21	Казацкие игры «Казачки»			
22	Корейские игры «Человек, ружьё, тигр»			
23	Северо-Осетинские игры «Жмурки-носильщики»			
24	Татарские игры «Спутанные кони»			
25	Украинские игры «Хлебец»			
26	Чечено-Ингушские игры «Уточка»			
Зимние забавы (14 ч)				
27-31	Игры на снеговой площадке «Быстрые и меткие» «Снежками в круг» «Живые мишени» «Снеговик» «Гонки снежных комков» «Льдинка» «Перебежки»	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр в зимнее время. Излагать правила и условия проведения подвижных игр со снежками и на санках. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.		
32-36	Игры на санках «Гонка на санях» «Наперегонки» «Черепашки» «Тяни-толкай» «Кто кого перетянет» «Саный поезд» «Эстафета на санках»			

		Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		
37-40	Игры на лыжах «На одной лыже» «С двумя палками» «Успей поднять» «Веер» «Кто первый?» «Танки» «Пятнашки на лыжах» «По следам»	Значение подвижных игр на лыжах для укрепления здоровья. Выполнять различные способы передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Иметь понятия правильного дыхания при ходьбе. Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Применять правила подбора одежды для занятий играми на лыжах.		
Сюжетные игры (8 ч)				
41	«Коршун»	Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.		
42	«Почта»			
43	«Краски»			
44	«Кот и мышь»			
45	«Филин и пташки»			
46	«Зайки»			
47	«Пчелки и ласточки»			
48	«Бабка – Ёжка»			
Игры-эстафеты (4 ч)				
49	«С кочки на кочку» «Пингвины»	Описывать разучиваемые технические действия из эстафет. Осваивать технические действия из эстафет. Моделировать технические действия в игровой деятельности.		
50	«Эстафета кузнечиков» «Мостик и кошка»			

51	«Кто скорее?» «Сороконожка»	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.		
52	«Огородники» «Эстафета со скакалкой»	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях игровой деятельности.		
Игры на свежем воздухе (6 ч)				
53	«Белые медведи», «Ромашка»	Объяснять пользу подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр.		
54	«Часы», «Хвосты»	Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.		
55	«Три, тринадцать, тридцать», «Картошка»	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделировать игровые ситуации.		
56	«Что мы делали сегодня?», «Тише едешь»	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.		
57	«Вышибалы»			
58	«Хвост дракона»			
Спортивные игры (8 ч)				
59-60	Футбол	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр.		
61-64	Волейбол	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.		
65-66	Баскетбол	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях игровой деятельности. Развивать физические качества.		

VIII. Материально – техническое обеспечение образовательного процесса

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое количество
1 . БИБЛИОТЕЧНЫЙ ФОНД (КНИГОПЕЧАТНАЯ ПРОДУКЦИЯ)		
1.1.	Примерные программы внеурочной деятельности	Д
1.2.	Научно-популярные, художественные книги для чтения (в соответствии с основным содержанием обучения).	П
1.3.	Стандарт начального образования и документы по его реализации	Д
1.4.	Методические пособия для учителя : «Подвижные игры для школьников» Л.Фатеева «Подвижные игры, эстафеты и аттракционы для младших школьников» Л.Фатеева «Зимние подвижные игры», 1-4 классы А.Ю.Патрикеев «Игры и развлечения детей на воздухе» Т.И.Осокина «Учите бегать, прыгать, лазать, метать» Е.Н.Вавилова	Д
2. ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ		
2.1.	Мультимедийные (цифровые) инструменты и образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения, обучающие программы по предмету	Ф
2.2	Музыкальный центр	Д
3. ЭКРАННО-ЗВУКОВЫЕ ПОСОБИЯ (МОГУТ БЫТЬ В ЦИФРОВОМ ВИДЕ)		
3.1.	Видеофильмы по предмету	Д
3.2.	Аудиозаписи в соответствии с содержанием обучения	Д
4. УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ		
4.1.	Стенка гимнастическая	П
4.2.	Скамейка гимнастическая жесткая (4 м; 2 м)	П
4.3.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
4.4.	Мячи: набивной 1 кг и 2 кг; мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий); мячи баскетбольные; мячи волейбольные; мячи футбольные	К
4.5.	Палка гимнастическая	К
4.6.	Скакалка детская	П

4.7.	Мат гимнастический	П
4.8.	Кегли	К
4.9.	Обруч пластиковый детский	К
4.10.	Планка для прыжков в высоту	Д
4.11.	Стойка для прыжков в высоту	Д
4.12.	Флажки: разметочные с опорой; стартовые	Д
4.13.	Лента финишная	Д
4.14.	Рулетка измерительная	К
4.15.	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	П
4.16.	Лыжи детские (с креплениями и палками)	Д
4.17.	Щит баскетбольный тренировочный	П
4.18.	Сетка для переноса и хранения мячей	П
4.19.	Волейбольная стойка универсальная	Д
4.20.	Сетка волейбольная	Д
4.21.	Аптечка	П

Для характеристики количественных показателей используются следующие символические обозначения:

- **Д** – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс);
- **К** – полный комплект (на каждого ученика класса);
- **Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее, чем 1 экземпляр на двух учеников);
- **П** – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5-6 человек).