

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 62

г. Липецка

РАССМОТРЕНО

на заседании

педагогического совета

протокол №1 от 29.08.2022

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 161 от 31.08.2022

директора МБОУ СШ №62 г. Липецка

_____ О.А. Жбанова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Подвижные игры» (7 – 8 лет)

Составитель:
учитель физической культуры
МБОУ СШ №62 г. Липецка
Заева Н. Ю.

2022–2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В рамках реализации целей и задач федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) второго поколения внеурочная деятельность учащихся должна стать неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Внеурочная деятельность школьников объединяет все виды деятельности (кроме урочной), в которых возможно и целесообразно решение задач их развития, воспитания и социализации.

Программа «Подвижные игры народов России» является модифицированной. При ее составлении были использованы следующие материалы:

Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа. М.: Просвещение, 2015;

«Внеурочная деятельность учащихся», Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов, М.: Просвещение, 2011;

«Физическая культура. Подвижные игры. 1-4 кл. Н.А.Фёдорова»

Народная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон 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. Народные 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; ее культуре и наследию. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры народов России» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

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

Задачи:

- активизировать двигательную активность школьников начального звена 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, инициативу, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
- **Ценностными ориентирами содержания** данной внеурочной деятельности являются:
 - – формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
 - – формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
 - – развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
 - – привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.

Планируемые результаты освоения программы физкультурно - спортивной направленности

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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 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.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1 класса должны:

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:

1. адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

2. отвечать за свои поступки;

3. отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

4. технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

5. проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

6. разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;

7. управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

8. соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

9. пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы внеурочной деятельности:

- Практические занятия
- Беседа о ЗОЖ
- Соревнования

Формы организация занятия:

- Коллективная
- Парная
- Групповая

Алгоритм работы с подвижными играми.

- Название игры.
- Размещение играющих (подготовка к игре).
- Описание (ход) игры.
- Результат игры.
- Правила игры.

Место в учебном плане

Программа рассчитана на 45 часов в год – с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 45 минут. Содержание программы отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

2. Содержание учебного курса

Беседы - в процессе занятий.

Основы знаний о народной подвижной игре.

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.
- Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Понятие правил игры. Выработка правил. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек. Понятие команды в подвижных играх.

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть.

Практика

Игры с бегом и перебежками

- Перебежки с выручкой;
- Двенадцать палочек;
- Казаки-разбойники;
- Ищем палочку

Игры с мячом

- Вышибалы;
- Снайперы;
- Охотник и утки

Игры с прыжками

- Прыжки через нарты;
- Прыгуны и пятнашки

Народные игры.

Соревнования

«Весёлые старты»

Командные игры

3. Тематическое планирование

№	Разделы	Кол – во часов
1.	Введение. Основы знаний о народной подвижной игре. Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	В процессе занятий
2.	Игры с бегом и перебежками	3
3.	Игры с мячом	10
4.	Игры с прыжками	5
5.	Народные игры	10
6.	Соревнования	5
		33

Календарно - тематическое планирование

№ урока	Тема урока. Содержание учебного материала.	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие: инструкция по ТБ. Основы знаний о народной подвижной игре. «К своим флажкам»	1	
2	Подвижная игра «Казачьи разбойники» Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1	
3	Подвижные игры: «Двенадцать палочек», «Ищем палочку».	1	
4	Подвижная игра: «Перебежки с выручкой».	1	
5	Татарская народная игра «Перехватчики». Эстафета по кругу.	1	
6	Дагестанская народная игра «Выбей из круга». Русская народная игра «Салки».	1	
7	Подвижная игра «Перебежка с выручкой», татарская народная игра «Кто первый»	1	
8	Подвижная игра «Чай-чай выручай». Эстафеты с полосой препятствия.	1	
9	Подвижные игры « Кто быстрее» «Солнце и луна»	1	
10	Подвижная игра «Хвостики». Эстафета « К своим флажкам».	1	
11	Удмуртские народные игры «Догонялки». Линейная эстафета с бегом.	1	
12	Подвижные игры «Охотники и утки» «Салки».	1	
13	Подвижные игры «Вышибалы». Эстафеты с мячом.	1	
14	Подвижные игры « Снайперы» .	1	
15	Осетинская народная игры «Стрельба в мишень» .	1	
16	Подвижные игры « Обстрел» « Мяч среднему».	1	
17	Подвижная игра «Мяч с четырёх сторон» Эстафеты с мячами.	1	
18	Подвижные игры «Мяч в центр» «Мяч в воздух».	1	
19	Подвижные игры «Борьба за мяч». Круговые эстафеты с мячом.	1	
20	Подвижные игры «Верёвочка под ногами» «Защита укрепления»	1	
21	Подвижные игры «Прыгуны и пятнашки» « Мяч ловцу»	1	
22	Подвижные игры « Кто дальше прыгнет». Эстафеты с прыжковыми упражнениями.	1	

23	Подвижные игры «Прыжок за прыжком» « Кто больше прыгнет»	1	
24	Подвижные игры « Лягушки» «Кто дальше прыгнет». Эстафеты с преодолением препятствий.	1	
25	Народные игры: «Горелки», «Охотники и утки», «Охлопок».	1	
26	Народные игры «Хвостики» «Пятнашки».	1	
27	Народные игры: « Горелки с платочком» «Пятнашки ноги от земли».	1	
28	Игра народов Сибири и Дальнего Востока « Тройной прыжок»; «Ручеёк с мячом».	1	
29	Народные игры: « Змея» «Круговые пятнашки» «Охлопок».	1	
30	Народные игры: « Платок» «Третий лишний».	1	
31	Народные игры: «Пятнашки с домом» « Салки».	1	
32	Народные игры: « Рыбаки» ««Захват флага».	1	
33	Народные игры: «Городки» «Верёвочка под ногами».	1	
	ИТОГО	33	