

|  |  |   |
|--|--|---|
| <b>Рассмотрено</b><br>на заседании М.О<br>учителей начальных<br>классов и<br>физической культуры<br>Протокол №1<br>от “ 28 ” 08 2024г. | <b>Проверено:</b><br>Зам. директора по УВР<br>_____ О.А.Ткачева<br>от “ 29 ” 08 2024г. | Утверждено:<br>приказом № 560<br>от “ 30 ” 08 2024г.<br>Директор ГБОУ ООШ №39<br>г.Сызрани<br>_____ И Н. Лисина |
|--|--|---|

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

4 класс

## Пояснительная записка (4кл)

Рабочая программа по внеурочной деятельности для младших школьников разработана на основании основных нормативных документов:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
  - Приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
  - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
- Основной образовательной программы начального общего

### Место программы в учебном плане

Программа рассчитана на детей 4 класса на 1 год. В 4 классе ведётся 1 час в неделю, всего 34 часа. Направление- спортивно-оздоровительное.

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

Подвижные 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.

### Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».

ФГОС второго поколения предъявляют особые **требования к результатам** освоения основных общеобразовательных программ. Данные результаты структурируются в соответствии с основными задачами общего образования, учитывающими индивидуальные, общественные и государственные потребности. Типологически образовательные результаты представлены следующим образом:

- предметные;
- метапредметные;
- личностные.
- Коммуникативные

**Предметными** результатами освоения учащимися программы являются следующие умения • планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг. • излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью. • представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

**Метапредметные** результаты понимаются как «освоенные обучающимися на базе одного, нескольких или всех учебных предметов способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях».

**Личностные** результаты должны отразиться в сформированности системы ценностных отношений обучающихся к себе, другим участникам образовательного процесса, самому образовательному процессу и его результатам в образовательном процессе.

Федеральные государственные образовательные стандарты второго поколения значительное внимание уделяют метапредметным и личностным образовательным результатам. Внеурочная деятельность ориентирована на работу с интересами учащихся, развитием их личностных компетенций.

**Коммуникативные результаты** самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).

### Содержание курса

Подвижные игры для детей 9-10 лет становятся более сложными. Организм детей среднего школьного возраста характеризуется большей стабильностью. Костно-связочный аппарат ещё довольно гибок, пластичен. Мышцы продолжают расти и укрепляться, поэтому силовые данные детей ещё невелики; организм пока не готов к большим физическим напряжениям, к односторонним нагрузкам.

Подвижные игры во внеурочной деятельности используются в сочетании с гимнастикой, лёгкой атлетикой и лыжной подготовкой.

Подвижные игры на материале гимнастики и с основами акробатики: «Охотники и утки», «Эстафета с лазанием и переползанием», «Змейка».

Подвижные игры на материале лыжной подготовке: «Салки на марше», «Медведь на льдине», флажками».

Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: «Перебежка с вырубкой», «Пятнашки», «Встречная эстафета с бегом»

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Мяч капитану», «Бросай- поймай», «Снайперы» и др

#### Учебно-тематический план.

| № п/п | Темы  | Количество часов |        |          |
|-------|---|------------------|--------|----------|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |
| 1.    | Охрана труда и техника безопасности при проведении подвижных игр.   | 1                | 1      |          |
| 2.    | История возникновения подвижных игр.  | 1                | 1      |          |
| 3.    | Знакомство с правилами и сюжетами подвижных игр.  | 1                | 1      |          |
| 4.    | Подвижные игры на материале гимнастики и с основами акробатики: «Охотники и утки», «Эстафета с лазанием и переползанием», «Змейка». | 7                | 1      | 6        |
| 5.    | Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: «Перебежка с вырубкой», «Пятнашки», «Встречная эстафета с бегом»                       | 8                | 1      | 7        |

|       |  |    |   |    |
|-------|--|----|---|----|
| 6.    | Подвижные игры на материале лыжной подготовке: «Салки на марше», «Медведь на льдине», «Бег за флажками».         | 7  | 1 | 6  |
| 7     | Подвижные игры на материале спортивных игр: «Мяч капитану», «Бросай- поймай», «Снайперы»и др.                    | 8  | 1 | 7  |
| 8     | Педагогический и врачебный контроль, самоконтроль состояния здоровья обучающихся.Понятие здорового образа жизни. | 1  |   | 1  |
| Итого |  | 34 | 7 | 27 |

#### Календарно-тематическое планирование

| № п/п   | Тема   | Кол-во часов | Дата план | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                    |
|---|--|--------------|-----------|---|
| 1   | Охрана труда и техника безопасности при проведении подвижных игр.        | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 2   | История возникновения подвижных игр.                                     | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 3   | Знакомство с правилами и сюжетами подвижных игр.                         | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| Подвижные игры на материале гимнастики и с основами акробатики: (7ч.) |  |              |           |   |
| 1   | Знакомство с правилами и сюжетами подвижных игр на материале гимнастики. | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 2   | Игра :«Охотники и утки»,   | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 3   | Игра :«Охотники и утки»,   | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 4   | Игра « Эстафета с лазанием и переползанием»,                             | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 5   | Игра « Эстафета с лазанием и переползанием»,                             | 1            |           | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |

|  |  |   |  |   |
|--|--|---|--|---|
| 6  | Игра :«Змейка».  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 7  | Игра :«Змейка».  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| Подвижные игры на материале лёгкой атлетики:(8ч.)  |  |   |  |   |
| 1  | Знакомство с правилами и сюжетами подвижных игр на материале лёгкой атлетики   | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 2  | Игра: «Пятнашки», «Перебежка с выручкой»                                       | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 3  | Игра: «Пятнашки», «Перебежка с выручкой»                                       | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 4  | Игра: « Встречная эстафета с бегом»  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 5  | Игра: "Перебежка с выручкой", "Погоня".  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 6  | Игра: "Перебежка с выручкой", "Погоня".  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 7  | Игра: "Петушинный бой".  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| 8  | Игра: "Петушинный бой".  | 1 |  | <a href="https://uchi.ru/">https://uchi.ru/</a>               |
| Подвижные игры на материале лыжной подготовки (7ч) |  |   |  |   |
| 1  | Знакомство с правилами и сюжетами подвижных игр на материале лыжной подготовки | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 2  | Игра: «Салки на марше»   | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 3  | Игра: «Салки на марше»,  | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 4  | Игра: «Медведь на льдине»,   | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 5  | Игра: «Медведь на льдине»,   | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 6  | Игра: «Бег за флажками».   | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 7  | Игра: «Бег за флажками».   | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |
| 8  | Игра : «Снежная эстафета»  | 1 |  | <a href="https://www.resheba.ru/">https://www.resheba.ru/</a> |

|   |   |    |                |   |
|---|---|----|----------------|---|
|   |   |    |                | <a href="#">.edu.ru/</a>  |
| Подвижные игры на материале спортивных игр: (8ч.) |   |    |                |   |
| 1   | Знакомство с правилами и сюжетами подвижных игр на материале спортивных игр                                       | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 2   | Игра: «Мяч капитану»  | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 3   | Игра: «Мяч капитану»  | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 4   | Игра: «Бросай- поймай»,   | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 5   | Игра: «Бросай- поймай»,   | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 6   | Игра: Снайперы»   | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 7   | Игра: Снайперы»   | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
| 8   | Игра: «Третий лишний».  | 1  |                | <a href="https://www.reshe.edu.ru/">https://www.reshe.edu.ru/</a> |
|   | Педагогический и врачебный контроль, самоконтроль состояния здоровья обучающихся. Понятие здорового образа жизни. | 1  | В течение года |   |
|   | Итого   | 34 |                |   |

