

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Усть-Салдинская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании педагогического
совета пр.№ 01 от 30.08.2023 г.

Утверждаю 
И.о.директора ОО Мамаева М.В.
пр.№ 198 от 31.08.2023 г.



Рабочая программа

учебного предмета

«Подвижные игры»

1 – 3 классы

Разработчик: Постникова М.В.,
учитель физической культуры

2023 год

Пояснительная записка

Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

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. 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.

Цели и задачи рабочей программы

Цель программы: удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения учащихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Общая характеристика деятельности

Игра как средство воспитания

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Оздоровительное значение подвижных игр

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Алгоритм работы с играми

Знакомство с содержанием игры.

Объяснение содержания игры.

Объяснение правил игры.

Разучивание игр.

Проведение игр.

Место курса в учебном плане

На реализацию курса «Подвижные игры» отводится 34 часа в 1 классе, по 34 часа во 2 и 3 классах (по 1 часу в неделю), предусмотренных учебным планом.

Основное содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

раздел - «Русские народные игры»

раздел - «Игры народов России»

раздел - «Подвижные игры»

раздел - «Эстафеты»

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для учащихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

Цели изучения по каждому разделу

«Русские народные игры»

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

«Игры народов России»

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

«Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

проговаривать последовательность действий во время занятия;

учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

В результате освоения программного материала учащиеся 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:

- 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.

Тематическое планирование курса**1 раздел (2 часа) Основы знаний о народной подвижной игре.**

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.
- Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие правил игры. Выработка правил.
- Пятнашки. Фанты. Горелки.

2 раздел (10 часов) Подвижные игры разных народов.

- Игры русского народа.
- Русские народные игры «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Дедушка –рожок» «Ловушка в кругу. «Филин и пташки», «Свечи ставить»
- Игра русских поморов «Веребочка» Карельская народная игра «Оленпа», башкирская народная игра «Туесок»
- Групповые игры. «Охотник и сторож», «Совушка».

3 раздел (1 час) Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек.

4 раздел (4 часа) Игры-эстафеты. Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.

- Эстафеты с мячами. «Вышибалы»
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Эстафеты с бегом и прыжками.
- Эстафеты с преодолением препятствий.
- спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки», «Два мяча»

5 раздел (4 часа)

- Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Упражнения со скакалками (прыжки различными способами, в парах) Игры со скакалкой. Игра «Резиночка»

6 раздел (8 часов)

Зимние забавы

- Зимой на воздухе. Игра «Зайцы и лиса»
- Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».
- Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».
- Эстафета на санках.
- Лыжные прогулки.

7 раздел (1 час) Итоговое занятие

- Праздник здоровья и подвижной народной игры.

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Кол – во часов	Темы занятий
1	Введение. Основы знаний о народной подвижной игре.	1	Знакомство с историей народных подвижных игр. Правила поведения на занятиях.
2		1	Выработка правил игры - Пятнашки. - Фанты. - Горелки
3	Подвижные игры разных народов.	1	Русская народная игра. «Ловушка в кругу».
4		1	Групповые игры. «Охотник и сторож».
5		1	Русская народная игра «Свечи ставить»
6	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1	Народные подвижные игры Повторение игр.
7	Игры-эстафеты.	1	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Вышибалы» «Два мяча»
8		1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча»
9		1	Эстафеты с бегом и прыжками
10		1	Эстафеты с преодолением препятствий
11	Подвижные игры разных народов.	1	Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки» «Пчелки и ласточки»
12		1	игра русских поморов «Веровочка»
13		1	Карельская народная игра «Оленпа»
14		1	Башкирская народная игра «Тусок»
15	Зимние забавы 8ч	1	Игры зимой. Температурный режим, одежда, инвентарь. Игра «Зайцы и лиса»
16		1	Зимние забавы. Катание на санках и лыжах
17		1	Игры со снежками метание на дальность и в цель. Снежные сражения
18		1	Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов»
19		1	Катание на лыжах Игра «Самокат», «Догонялки»
20		1	Эстафета на санках.
21		1	Лыжная прогулка.

22		1	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».
23	ОРУ на развитие основных физических качеств.	1	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
24		1	Упражнения со скакалками игра «Мешочек»
25		1	Упражнения со скакалками. Игра «Резиночка»
26		1	«Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки»
27	Подвижные игры разных народов	1	Игра Колечко», «Молчанка»
28		1	Русская народная игра «Дедушка – рожок»
29	Игры-эстафеты.	1	Игры и эстафеты
30	Итоговое занятие	1	Праздник здоровья и подвижной народной игры.
	Резерв	3 (4)	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766797

Владелец Мамаева Марина Викторовна

Действителен с 20.08.2023 по 19.08.2024