

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия № 30 им. Железной Дивизии»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

_____ А.А.Прибылова

Протокол № 1 от 30.08.2023

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ Н.Р.Никитина

31.08.2023

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Гимназия
№30 им. Железной Дивизии"

_____ Н.А.Чирковская

Приказ № 110 от 31.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

для обучающихся 4 классов

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 4 класса

Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- ✓ [Федерального закона от 29.12.2012 № 273](#) «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной [распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р](#);
- ✓ Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленные [письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672](#);
- ✓ СП 2.4.3648-20;
- ✓ СанПин 1.2.3685-21;
- ✓ основной образовательной программы *начального* общего образования МБОУ «Гимназия № 30 им. Железной Дивизии», утвержденной приказом от 31.08..2023 № 110 , в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

Содержание программы

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Игры с бегом (8 часов): «Бездомный заяц», «Сумей догнать», «Колдунчики», «Два мороза», «Караси и щука», «Змейка», «Дорожки», «Салки на 1 ноге».

Игры с прыжками (9 часов): «Зайцы в огороде», «Попрыгунчики», «Поймай лягушку», «Воробышки и кот», «Чемпионы скакалки», «Придумай и покажи», «Эстафеты с длинной скакалкой», «Кто дальше», «Перетягивание прыжками».

Игры с метанием, передачами и ловлей мяча (11 часов): «Метко в цель», «Салки с большим мячом», «Сильный бросок», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Вышибала», «Народный мяч», «Охотники и утки», «Обгони мяч», «Блуждающий мяч», «Подвижная цель».

Игры – эстафеты (3 часа): «Команда быстроногих», «Эстафеты – поезда», «Большая круговая эстафета».

Игры для формирования правильной осанки (5 часов): «Хвостики», «Паровоз», «Бой на бревне», «Ванька- встанька», «Лошадки».

Игры с лазанием и перелазанием (4 часа): «Распутай веревочку», «Защита укреплений», «Кошки - мышки», «Цепи кованые».

Игры с разными предметами (5 часов): «Бирюльки», «Двенадцать палочек», «Лапта», «Единоборство», «Городки».

Поисковые игры (6 часов): «Палочка – выручалочка», «Двое слепых», «Прятки», «Слепой и зрячий», «Золото хороню», «Горячо - холодно».

Игры на развитие силы (3 часа): «Бой петухов», «Борьба всадников», «Выталкивание спиной».

Игры зимой (4 часа): «Игра в снежки», «Строительные игры из снега», «Эстафета на санках», «Лыжные гонки».

Игры на развитие психических процессов (8 часов) «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Запомни порядок»; «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?»; «Баба Яга», «Три характера».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (5 часов): игры с элементами баскетбола - «Бросай – поймай», «Выстрел в небо».

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- 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 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 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.

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Форма	Количество	ЦОР/ЭОР
---	--------------	-------	------------	---------

п/ п		проведени я занятия	о часов, отводимы х на освоение темы	
				school-collection.edu.ru/collection/
1.	Игры с бегом	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	8ч.	edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm
2.	Игры с прыжками	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	9 ч.	apkpro.ru/razgovory-o-vazhnom/
3.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	11 ч.	
4.	Игры - эстафеты	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	3 ч.	
5.	Игры для формирования правильной осанки	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	5 ч.	
6.	Игры с лазанием и перелазанием	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	4ч.	
7.	Игры с разными предметами	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	5 ч.	
8.	Поисковые	Игровые	6 ч.	

	игры	правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		
9.	Игры на развитие силы	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	3 ч.	
10.	Игры зимой	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	4 ч.	
11.	Игры на развитие психологически х процессов	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	8 ч.	
12.	Подвижные игры с элементами спортивных игр	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	5 ч.	
	Итого:		68 ч.	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения фактическая
1-2	«Бездомный заяц», «Салки на 1 ноге»	04.09 06.09	
3-4	«Хвостики», «Паровоз»	11.09 13.09	
5-6	«Волк и овцы», «Жмурки»	18.09 20.09	
7-8	Игра-эстафета, «Команда быстроногих»	25.09 27.09	
9 – 10	«Зайцы в огороде», «Попрыгунчики»,	02.10 04.10	
11 – 12	«Метко в цель», «Салки с большими мячами»,	16.10 18.10	
13.-14	«Бирюльки», «Двенадцать палочек»	23.10 25.10	
15-16	«Распутай верёвочку», «Защита укрепления»	30.10 01.11	
17-18	«Палочка-выручалочка», прятки, «Золото хороню»	08.11	
19-20	«Бой петухов», «Борьба всадников»,	13.11 15.11	
21-22	«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка»	27.11 29.11	
23-23	«Бои на бревне», «Ванькавстанька»	04.12 06.12	
25-26	«Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета»	11.12 13.12	
27-28	«Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?»	18.12 20.12	
29-30	«Чемпионы скакалки», «Кто дальше»,	25.12 27.12	
31-32	«Сбей кеглю», «Вышибала»,	08.01 10.01	
33-34	«Кошки - мышки», «Цепи кованые».	15.01 17.01	
35-36	«Двое слепых», жмурки на местах,	22.01 24.01	

37-38	Игра в снежки. Строительные игры из снега. Эстафета на санках. Лыжные гонки.	29.01 31.01	
39-40	«Баба Яга», «Три характера»	05.01 07.02	
41-42	«Сумей догнать», «Колдунчики», «Два Мороза»	12.02 14.02	
43-44	«Хвостики», «Паровоз»,	26.02 28.02	
45-46	«Поймай лягушку», «Придумай и покажи»	04.03 06.03	
47-48	«Лапта»	11.03 13.03	
49-50	«Городки», «Единоборство»	18.03 20.03	
51-52	«Бросай-поймай», «Выстрел в небо»	25.03 27.03	
53-54	«Ванька-встанька», «Лошадки»	01.04 03.04	
55-56	эстафеты с длинными скакалками	15.04 17.04	
57-58	«Слепой и зрячий», «Холодно-горячо».	22.04	
59-60	«Народный мяч», «Охотники и утки»	24.04	
61-62	«Выталкивание спиной»	06.05	
63-64	«Воробушки и кот»	08.05	
65-66	«Перетягивание спрыжками	13.05 15.05	
67-68	«Попади в круг»	20.05 22.05	

