

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа поселка Борское  
Гвардейского городского округа»**

Рассмотрено на заседании  
МО начальных классов

протокол № 5

от 23 июня 2017 г

Руководитель МО  
Улесова Т.В.



Утверждена на заседании  
МС

Протокол № 5

от 26 июня 2017 г

Председатель МС  
Охрименко В.В.



Разрешена к применению  
приказом директора школы

Приказ № \_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_ 2017 г

Директор школы  
Литвинчук Т.Н.



**Рабочая программа курса внеурочной  
деятельности «Подвижные игры»  
в 4 классе на 2017-2018 учебный год**

**Разработчик**  
**Суслова И.Н., учитель начальных классов,**

пос. Борское  
2017 год

## **Целевой раздел: Пояснительная записка**

Программа «Кладовая подвижных игр» разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии или продолжали существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией “встраивания” разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**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 обучающихся 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.

#### **Планируемые результаты:**

##### **Личностными результатами программы “Кладовая подвижных игр”**

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 программы “Кладовая подвижных игр”**

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.  
формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

### **Система оценки достижения планируемых результатов:**

Программа внеурочной деятельности по спортивно направлению, предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей в спортивных играх; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в изучение и применение на практике спортивных народных игр. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем применения изученного материала на практике по схеме научился сам научи других.

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: соревнования, спортивные конкурсы.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

### **Содержательный раздел:**

#### **Содержание программы**

Кружок “Кладовая подвижных игр” входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности. Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В “Кладовую подвижных игр” вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

#### **Место кружка в учебном плане**

Программа рассчитана на 33 часа в год – 1 классы; 34 часа в год – 2-4 классы, с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 35-45 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.

**Ценностными ориентирами содержания** данной программы 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.

#### **Тематическое планирование с 1 по 4 класс**

<b>№</b>	<b>Разделы</b>	<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Русские народные игры	8	11	10	19	48
2	Подвижные игры	17	8			25
3	Эстафеты	8	7	7	8	30
4	Игры народов России		8	17	7	32
5	итого	33	34	34	34	135

## **Методические рекомендации**

**Простые и усложненные игры-догонялки**, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и заканчивая 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.

**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”, изучается с 1 по 4 класс.

раздел - “Игры народов России”, изучается со 2 по 4 класс.

раздел - “Подвижные игры”, изучается в 1-х и 2-х классах.

раздел - “Эстафеты”, изучается в 1-4-х классах.

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 обучающихся 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 другие 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.

### **Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### **Режим занятий:**

В 1-4 классах начальной школы занятия продолжительностью 30-40 минут проводятся 1 раз в неделю, в группах не более 15 детей, но и не менее 8-ми.

### **Требования к уровню подготовки обучающихся:**

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

### **Материально-техническое обеспечение**

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса “Физическая культура” в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

**Тематическое планирование  
«Кладовая подвижных игр»  
1-й класс (33 часа)**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Гуси-лебеди	1
2.	У медведя во бору	1
3.	Филин и пташки	1
4.	Палочка- выручалочка	1
5.	Блуждающий мяч	1
6.	Классики	1
7.	Ловишка в кругу	1
8.	Пчелки и ласточки	1
9.	К своим флажкам	1
10.	Кот идет	1
11.	Северный и южный ветер	1
12.	Соревнования скороходов	1
13.	Колдунчики	1
14.	Аисты	1
15.	Пчелы и медведи	1
16.	Хитрая лиса	1
17.	Ловишки с приседаниями	1
18.	Переправа с досками	1



19.	Туннель	1
20.	Собери урожай	1
21.	На погрузке арбузов	1
22.	Принеси мяч	1
23.	Успей перебежать	1
24.	С мячом	1
25.	Весёлые старты	1
26.	Совушка	1
27.	Мышеловка	1
28.	Пустое место	1
29.	Карусель	1
30.	Кто быстрее?	1
31.	Конники-спортсмены	1
32.	Лягушата и цыплята	1
33.	Карлики и великаны	1

**Тематическое планирование  
«Кладовая подвижных игр»  
2-й класс (34 часа)**

<b>№ п\п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во</b>
1.	Русская народная игра «Жмурки»	1
2.	Русская народная игра «Кот и мышь»	1
3.	Русская народная игра «Горелки»	1
4.	Русская народная игра «Салки»	1
5.	Русская народная игра «Пятнашки»	1
6.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
7.	Русская народная игра «Фанты»	1
8.	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1
9.	Русская народная игра «Волк»	1
10.	Русская народная игра «Птицелов»	1
11.	Подвижная игра «Совушка»	1
12.	Подвижная игра «Мышеловка»	1
13.	Подвижная игра «Пустое место»	1
14.	Подвижная игра «Карусель»	1
15.	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1
16.	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1

17.	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1
18.	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1
19.	Эстафета «Передача мяча»	1
20.	Эстафета «С мячом»	1
21.	Эстафета зверей	1
22.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
23.	Эстафета «Вызов номеров»	1
24.	Эстафета по кругу	1
25.	Эстафета с обручем	1
26.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1
27.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
28.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
29.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1
30.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
31.	Татарская народная игра «Серый волк»	1
32.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
33.	Чувашская игра «Рыбки»	1
34.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1

**Тематическое планирование  
«Кладовая подвижных игр»  
3-й класс (34 часа)**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Русская народная игра «Краски»	1
2.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1
3.	Русская народная игра «Ляпка»	1
4.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
5.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
6.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1
7.	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1
8.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1
9.	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1
10.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1
11.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
12.	Татарская народная игра «Серый волк»	1
13.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
14.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяк»	1
15.	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1
16.	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1
17.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1
18.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1
19.	Чувашская игра «Рыбки»	1

20.	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1
21.	Эстафета «Вызов номеров»	1
22.	Эстафета по кругу	1
23.	Эстафета с обручем	1
24.	Эстафета с мячом	1
25.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
26.	Эстафета «Встречная»	1
27.	Эстафета «Весёлые старты»	1
28.	Русская народная игра «Салки»	1
29.	Русская народная игра «Пятнашки»	1
30.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
31.	Русская народная игра «Фанты»	1
32.	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1
33.	Русская народная игра «Третий лишний»	1
34.	Русская народная игра «Птицелов»	1

**Тематическое планирование  
«Кладовая подвижных игр»  
4-й класс (34 часа)**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Русская народная игра «Жмурки»	1
2.	Русская народная игра «Кот и мышь»	1
3.	Русская народная игра «Горелки»	1
4.	Русская народная игра «Салки»	1
5.	Русская народная игра «Пятнашки»	1
6.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
7.	Русская народная игра «Фанты»	1
8.	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1
9.	Русская народная игра «Волк»	1
10.	Русская народная игра «Птицелов»	1
11.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1
12.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
13.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
14.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1
15.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
16.	Татарская народная игра «Серый волк»	1
17.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
18.	Чувашская игра «Рыбки»	1
19.	Эстафета «Передача мяча»	1
20.	Эстафета «С мячом»	1
21.	Эстафета зверей	1
22.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
23.	Эстафета «Вызов номеров»	1

24.	Эстафета по кругу	1
25.	Эстафета с обручем	1
26.	Эстафета «Весёлые старты»	1
27.	Русская народная игра «Салки»	1
28.	Русская народная игра «Пятнашки»	1
29.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
30.	Русская народная игра «Краски»	1
31.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1
32.	Русская народная игра «Третий лишний»	1
33.	Русская народная игра «Пятнашки»	1
34.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1

## **Организационный раздел: Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса**


### **Материально-техническое обеспечение**

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса “Физическая культура” в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком. Иметь медицинскую аптечку.

### ***Основная литература для учителя***

Стандарт начального общего образования по физической культуре 

Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е.)

Рабочая программа по физической культуре

О.А.Степанова: Подвижные игры и физкультминутки в начальной школе.

Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2004г.

### ***Учебно-практическое оборудование***

Канат для лазанья

Стенка гимнастическая

Скамейка гимнастическая жесткая

Мячи

Скакалки

Маты гимнастические

Кегли

Обручи

Сетка волейбольная

Щит баскетбольный тренировочный



