

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Забайкальского края

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя

общеобразовательная школа с.Баляга

МОУ СОШ п. Баляга

РАССМОТРЕНО

**МПК начальных
классов**

СОГЛАСОВАНО

**Заместитель директора
по УВР**

УТВЕРЖДЕНО

**Директор МОУ СОШ
с.Баляга**

Михайлова И.А.
Приказ №1 от «14» 08
2023 год г.

Арефьева Л.А.
Приказ №1 от «14» 08
2023 год г.

Сидоренко О.Г.
Приказ №1 от «15» 08
2023 год г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Подвижные игры»

для обучающихся 1 класса

с.Баляга 2023 год

Пояснительная записка

Данная программа составлена на основе примерной основной программы с учётом образовательных потребностей и запросов участников образовательного процесса, Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и А. А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2021 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации, с изменениями

Цель программы:

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- викторины;
- конкурсы;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);

- результативность участия в конкурсных программах и др.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1 Здоровый образ жизни – 1ч

Беседа о здоровом образе жизни.

Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке! – 1ч

Комплекс упражнений утренней гимнастики.

Тема 3 Личная гигиена – 1ч

Что такое гигиена. Правила личной гигиены.

Тема 4 Профилактика травматизма – 4ч

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.

Тема 5 Нарушение осанки – 2ч

Упражнения для укрепления осанки.

Тема 6 Современные подвижные игры – 24 ч

«Мяч по кругу», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте», «Бег с шариком», «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний», «Ворота», «Чужая палочка», «Белки, шишки и орехи», «След в след», Эстафета, «Мишень», «С кочки на кочку», «Без пары», «Веребочка», «Плетень», 27 «Кто больше», «Успевай, не зевай», «День и ночь», «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки», «Вызов номеров», игра «Хвостики»

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	Всего часов
1.	Здоровый образ жизни	1 ч
2.	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1 ч

3.	Личная гигиена	1ч
4.	Профилактика травматизма	4ч
5.	Нарушение осанки	2ч
6.	Современные подвижные игры	24ч
Итого		33ч

№ урока	Наименование разделов, тем	Дата		
		По плану	Коррекция	
			По план у	дано
1	Беседа. Здоровый образ жизни	08.09	08.09 15.09	22.09
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	15.09	15.09 22.09	29.09
3	Личная гигиена	22.09	22.09 29.09	06.10
4	Профилактика травматизма	29.09	29.09 06.10	13.10
5	Нарушение осанки	06.10		20.10
6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	13.10		06.10
7	Игра «Поймай рыбку»	20.10		13.10
8	Игра «Цепи кованы»	03.11		20.10
9	Профилактика травматизма	10.11		03.11
10	Игра «Змейка на асфальте»	17.11		10.11
11	Подвижная игра «Бег с шариком»	24.11		17.1
12	Игра «Нас не слышно и не видно»	01.12		24.11
13	Игра «Трети2710й лишний»	08.12		01.12

14	Игра «Ворота»	15.12		08.12
15	«Чужая палочка»	22.12		15.12
16	«Белки, шишки и орехи»	29.12		22.12
17	Профилактика травматизма	12.01		
18	Нарушение осанки	19.01		
19	Игра «След в след»	26.01		
20	Эстафета	02.02		
21	Игра «Мишень»	09.02		
22	Подвижная игра «С кочки на кочку»	16.02		
23	Игра «Без пары»	01.03		
24	Игра «Веревочка»	15.03		
25	Игра «Плетень»	22.03		
26	Профилактика травматизма	05.04		
27	«Кто больше»	12.04		
28	Подвижная игра «Успевай, не зевай»	19.04		
29	Игра «День и ночь»	26.04		
30	Подвижная игра «Наперегонки парами»	03.05		
31	Подвижная игра «Ловушки-перебежки»	17.05		
32	Игра «Вызов номеров»	24.05		
33	Игра «Хвостики»	31.05		