**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**Клементьевская основная общеобразовательная школа**

Утверждаю

Приказ №\_\_\_\_\_\_\_\_ от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Пуховая Н.А.

**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

**начального общего образования**

**«Подвижные игры»**

**для 1 класса**

**на 2022 – 2023 уч. год**

направление: спортивно – оздоровительное

уровень: общеобразовательный

Составитель программы:

учитель начальных классов

Волкова Т.К.

**Аннотация к рабочей программе**

|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | Подвижные игры |
| Класс | 1 |
| Количество часов | 68 |
| Составитель | Волкова Т.К. |
| Цель курса | Укрепление здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности. |

1. **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

* Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
* ФГОС НОО от 31.05.2021г №286

**Цель:**укрепление здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Задачи:**

* укрепление опорно-двигательного аппарата;
* комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
* развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня

сформированности культуры здоровья.

* формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору

здорового стиля жизни;

* развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения),

что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;

* стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
* развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению

организовать свой игровой досуг;

* воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
* формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

**Общая характеристика курса**

В программе делается упор на развитие двигательной активности детей. Она обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

При реализации программы используются различные методы обучения:

* словесные – рассказ, объяснение нового материала;
* наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
* практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Организация работы групповая. При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

**Место курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 1 год, 68 часов (34 учебных недели).

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 35 минут (в 1 классе)

1. **Результаты освоения курса**

**Личностные**

* 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.

**Метапредметные**

***Регулятивные***

*Обучающийся научится:*

-понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;

-осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

-уметь планировать и регулировать свои действия во время подвижной игры;

-определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

-учиться работать по определенному алгоритму;

***Познавательные***

*Обучающийся научится:*

-проводить сравнение и классификацию объектов;

-понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

-проявлять индивидуальные творческие способности;

-различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);

-соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;

-подбирать упражнения для разминки;

-использовать знания во время подвижных игр на досуге;

- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

***Коммуникативные***

*Обучающийся научится:*

-работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

-обращаться за помощью;

-формулировать свои затруднения;

-предлагать помощь и сотрудничество;

-договариваться и приходить к общему решению;

-формулировать собственное мнение и позицию;

-осуществлять взаимный контроль;

-адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

-оформлять свои мысли в устной форме;

-слушать и понимать речь других;

- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли

(лидера. исполнителя).

**Предметные**

-формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятийдля укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.

-овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

1. **Содержание курса**

**Тема 1. Техника безопасности - 4 часа**

ТБ при проведении подвижных игр.

**Тема 2. Беседы - 4 часа**

Беседа «Возникновение подвижных игр». Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Беседа: «Основы строения и функций организма». Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».

**Тема 3. Игры - 60 часов**

Игровое упражнение "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Ловишки"."Быстро встань в колонну", подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо-громко".Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники"."Удочка", игра малой подвижности "Эхо"."Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне"."Успей добежать", игра малой подвижности "Эхо"."Жмурки", игра малой подвижности "Летает, не летает". "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка"."Догони свою пару", игра "Фигуры"."Ноги от земли", игра малой подвижности "Кто ушел?".Подвижная игра средней интенсивности "Ключи", игра "Кто ушел?". "Кого назвали, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца"."Воробьи и кошка"."Ловля обезьян", игра малой подвижности "Мяч вошедшему"."Перелет птиц", игра малой подвижности "Поймай мяч"."Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок"."Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры"."Хитраялиса"."Удочка", "Летает, не летает"."Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает"."Ловишки", эстафета "Передача мяча в колонне"."Бери ленту", игра малой подвижности "Эхо". "Воробьи и кошка" "Мяч в воздухе"."Мяч в воздухе", игра малой подвижности "Кто ушел?". "Медведи и пчелы", "Воротца"."Медведи и пчелы", "Угадай, чей голосок"."Мяч в воздухе", "Затейники".Игровые упражнения без лыж "Лепка снежков и бросание их вдаль".Обучение повороту на месте вокруг пяток лыж - "нарисуем веер". Игра "Кто самый быстрый?".Игра "Кто дальше проскользит?"Игра "Кто самый быстрый?" "Паук и мухи", игра малой подвижности "Река и ров"."Ловишки с мячом".

"Жмурки"."Паук и мухи", игра малой подвижности "Летает, не летает"."Скворечники", "Передал, садись"."Жмурки"."Пустоеместо"."Мы - физкультурники", игра "Угадай, чей голосок"."Мышеловки"."Мышеловка", игра малой подвижности "Затейники"."Море волнуется", эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге"."Карусель", эстафета с мячом. "Охотник и зайцы", игра малой подвижности "Эхо"."Мяч водящему", игра малой подвижности "Летает, не летает"."Фигуры". "Быстрей по местам!" ""Волк на рву"."Жмурки","Найди предмет". "Удочка", "Мяч водящему"."Пустое место", игра "Летает, не летает"."Медведь и пчелы", "Мяч в воздухе".

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема раздела** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | Техника безопасности | 4 | **-** |
| 2 | Беседы | 4 | **-** |
| 3 | Игры | - | 60 |
|  | Итого | 68 часов | |

1. **Электронные ресурсы для дистанционного обучения**

<https://www.dumschool.ru/>

<https://infourok.ru/>

<https://videouroki.net/>

<http://spisok-literaturi.ru/generator-crossvordov-online-result.html> (генератор кроссвордов)

<https://yandex.ru/video/search?text=%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%BE%D1%80+%D0%9F%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B8%D0%BD> (Профессор Почемушкин)

<https://viki.rdf.ru/> презентации

<http://allforchildren.ru/> «Всё для детей»

<http://pedsovet.su/load/554> «Педсовет»

<http://chudesenka.ru/> «Чудесенка»

<https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html> Подвижные игры