

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Администрация МО "Вешкаймский район"

МОУ Вешкаймская СОШ № 1

РАССМОТРЕНО

ШМО начального  
дошкольного  
образования

Никитина Т.А.

Протокол №1 от «28»  
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УР



Звягина И.Н.

Протокол №1 от «29»  
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ  
Вешкаймская СОШ №1



Гайскова Н.Е.

Приказ №222 от «29»  
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

"Подвижные игры"

для обучающихся 1 класса

с. Вешкайма 2024-2025

## Пояснительная записка.

Реализация внеурочной деятельности «Подвижные игры» по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья школьников чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные 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. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх

много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что позволяет не только удовлетворить сформировавшиеся потребности детей, но и создать условия для развития личности ребенка, обеспечить его эмоциональное благополучие, приобщить к общечеловеческим ценностям. Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных норм, правил поведения, а народные подвижные игры прививают ребенку уважительное отношение к культурному наследию родной страны.

**Цель** данной программы - развитие двигательной активности у детей младшего возраста через использование подвижных игр во внеурочной деятельности.

**Задачи:**

- 1) научить детей играть коллективно и самостоятельно;
- 2) вырабатывать умение регулировать степень эмоционального и мышечного напряжения.
- 3) развивать у детей устойчивый интерес к подвижным играм как средству укрепления и сохранения своего здоровья.

Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс - 33 часа в год.

Продолжительность занятий 35 минут

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

**Личностными** результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «В стране подвижных игр» является формирование следующих умений:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;
- выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать, готовность принять на себя ответственность;
- ориентация на успех (неуспех) в игровой деятельности и понимание его причин;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными** результатами программы внеурочной деятельности является формирование следующих универсальных учебных действий:

**Регулятивные:**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму;

- планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов;
- 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.

#### ***Познавательные:***

- 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.

#### ***Коммуникативные:***

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- учитывать разные мнения, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

#### ***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- 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.

#### **Содержание курса внеурочной деятельности**

**Программа** внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» **состоит из четырёх частей:**

**1 класс «Современные подвижные игры»:** ознакомление с играми, требующими командного состава.

**2 класс «Старинные народные игры»:**ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени.

**3 класс «Русские народные игры и забавы»:** формирование у обучающихся интеллектуальных способностей, культуры эмоций и чувств.

**4 класс «Русские игровые традиции»:** формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена, профилактика вредных привычек.

Основные направления реализации программы направлены на организацию и проведение :

- инструктажа по технике безопасности во время занятий;
- разнообразных мероприятий оздоровительного характера;
- динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- подвижных игр(активное использование спортивных площадок населённого пункта: футбольная, баскетбольная, полоса препятствий ).

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практиче ские работы	
1	Здоровый образ жизни	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3	Личная гигиена	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
4	Профилактика травматизма	4			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
5	Нарушение осанки	2			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
6	Современные подвижные игры	24			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	0	





