

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия муниципального района
Чишминский район Республики Башкортостан

Рассмотрена и принята
на заседании ШМО учителей
начальных классов
Протокол № 1 от 23.08.2023 г.

Согласована
зам.директора по УВР
_____/Г.Я.Масалимова/
25.08.2023 г.

Утверждена
приказом № 239 от 25.08.2023 г.
Директор Гимназии
_____/Ф.Р.Асадуллина/

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
начального общего образования

Наименование курса: «Физическая культура. Подвижные игры».

Срок реализации программы: 4 года.

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» №273 – ФЗ, требованиями «Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 г № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05. 2021г № 286», Федеральной образовательной программой начального общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372; основной образовательной программой начального общего образования МБОУ Гимназия .

Разработали: учителя начальных классов - Гилязетдинова З.Я., Кудоярова Г.Р., Масалимова Г.Я., Султангужина Ф.Ф., Асапова Р.Р., Басимова Р.Х., Асадуллина Ф.Р., Байбурина М.З., Зиянгирова А.А., Байбекова Л.Ф., Ликандрова З.Ф., Матюхина С.А., Демьяненко Г.В., Редюк Г.З., Есипова Н.С., Хамидуллина Г.Ф. , Сеничева Т.Ю., Хайруллина Р.А., Рахматуллина Ф.А., Байбурина Э.В.

Пояснительная записка

1.	Нормативно-правовая база	<p>- Федеральный закон от 29.12. 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);</p> <p>-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;</p> <p>-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 г № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05. 2021г № 286»;</p> <p>-Федеральной образовательной программой начального общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372;</p> <p>-Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН2.4.3648-20 " Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28.</p>					
2.	Основные цели и задачи	<p>Целью курса является содействие укреплению здоровья, приобщению детей к физической культуре и потребности заботиться о своем здоровье в процессе активного их участия в играх и соревнованиях, создание условий для достижения высоких спортивных результатов.</p> <p>Основными задачами реализации поставленной цели являются:</p> <p>укрепление здоровья учащихся, содействие их разносторонней физической подготовленности;</p> <p>комплексное развитие физических и психических качеств;</p> <p>формирование устойчивых мотивов и потребностей учащихся в бережном отношении к своему здоровью, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни;</p> <p>обучение способам контроля величины и функциональной направленности физической нагрузки, а также способам ее регулирования в процессе занятий;</p> <p>создание учащимся условия для полноценной реализации их двигательных и творческих потребностей;</p> <p>стабилизирование эмоций, обогащение учащихся новыми ощущениями, представлениями, понятиями;</p> <p>развитие самостоятельности и творческой инициативности школьников, способствование успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;</p> <p>воспитание волевых качеств: дисциплины, самоорганизация, коллективизма, честности, скромности, смелости;</p> <p>формирование системы нравственных общечеловеческих ценностей.</p>					
3.	Количество часов на изучение дисциплины		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	Итого
	Количество часов в неделю		-	-	-	1	1
	Количество часов в год		-	-	-	17	17
4.	Результаты освоения курса внеурочной деятельности	<p>Личностные результаты</p> <p>У обучающегося будут сформированы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • мотивационная основа на занятия подвижными играми; • учебно-познавательный интерес к занятиям. • устанавливать связь между целью деятельности и мотивом ; <p>Планируемые метапредметные результаты:</p>					

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планировать общую цель и пути её достижения;
- распределять функцию и роли в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение 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.

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- 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 УУД:

Обучающийся научится:

- взаимодействовать, ориентироваться на партнёра, сотрудничать и уметь кооперироваться (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.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

У учеников будут сформированы 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.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

Обучающийся научится:

- планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планировать общую цель и пути её достижения;
- распределять функцию и роли в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществлять взаимный контроль;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить 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.

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- 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 УУД:

Обучающийся научится:

- взаимодействовать, ориентироваться на партнёра, сотрудничать и уметь кооперироваться (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.

2.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», « Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке»

Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Класс смирно!”, “Запрещенное движение, “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде».

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок», «Определим игрушку». Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры».

Основные разделы программы 4 класса

№	Название раздела	Количество часов	Форма организации	Виды деятельности
1	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	2	урок – игра эстафеты веселые старты	игры малой и быстрой подвижности
2	Народные игры	4		
3	Подвижные игры	7		
4	Спортивные игры	2		
5	Спортивные праздники	2		

3. Тематическое планирование

4 класс

№	Тема занятия	Содержание занятия	Развитие и формирование качеств у учащихся	Дата план	Дата факт	Примечание
Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи						
1	1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья		
2	2	Игры на развитие воображения. Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение».	«Беседа о гигиене» Правила игр.ОРУ с использованием скороговорок.	Развитие внимания и памяти Развитие воображения, речи		
Народные игры						
3	1	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие ловкости, быстроты, внимания		
4	2	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты, внимания ;		
5	3	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты		
6	4	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	Развитие ловкости, быстроты, внимания		
Подвижные игры						
7	1	Игра с элементами	Беседа: «Чтоб здоровыми	Формирование ЗОЖ. Развитие		

		ОРУ . Игра «Удочка», «Бой петухов» Эстафеты с обручами	остаться надо....». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр	ловкости, быстроты, внимания.			
8	2	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. качествах сила , быстрота, ловкость.	Формирование понятий сила , быстрота, ловкость.			
9	3	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	Развитие глазомера и точности движений			
10	4	Эстафеты с санками и лыжами Игры зимой: «Охота на куропаток»	Проведение зимних эстафет.	Развитие скоростных качеств			
11	5	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	Развитие глазомера и точности движений			
12	6	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	Развитие прыгучести и ловкости			
13	7	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	Развитие быстроты, внимания			
Спортивные игры							
14	1	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие скоростных качеств			
15	2	Футбол.	Игровые правила.	Развитие скоростных качеств,			

			Отработка игровых приёмов. Проведение игры.	ловкости, быстроты			
Спортивные праздники							
16	1	Спортивный праздник. Олимпийские игры	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	Развитие силы и ловкости			
17	2	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр» Итоговое занятие.	Эстафеты с надувными шарами	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты			

№	Дата (план)	Дата (факт)	Раздел / тема	Колич-во часов	Примечания
1		1	Инструктаж по ТБ. Русская народная игра «Жмурки», «Кот и мышь»		
2			Русская народная игра		
3		2	Русская народная игра «Горелки», «Салки»		
4			Русская народная игра		
5			Русская народная игра «Пятнашки»		
6		3	Русская народная игра «Охотники и зайцы», «Фанты»		
7			Русская народная игра		
8			Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		
9			Русская народная игра «Волк», «Птицелов»		
10			Русская народная игра		
11			Русская народная игра «Гори, гори ясно!»		
12			Башкирские народные игры «Юрта», «Медный		

			пень»		
13			Бурятская народная игра «Ищем палочку»		
14			Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		
15			Марийская народная игра «Катание мяча»		
16			Татарская народная игра «Серый волк»		
17			Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		
18			Чувашская игра «Рыбки		
19			Эстафета «Передача мяча»		
20			Эстафета со скакалкой		
21			Эстафета с мячом		
22			Эстафета зверей		
23			Эстафета «Быстрые и ловкие»		
24			Эстафета «Вызов номеров»		
25			Эстафета по кругу		
26			Эстафета с обручем		
27			Русская народная игра «Салки»		
28			Русская народная игра «Пятнашки»		
29			Русская народная игра «Охотники и зайцы»		
30			Русская народная игра «Краски»		
31			Русская народная игра «Гори, гори ясно»		
32			Русская народная игра «Третий лишний»		
33			Русская народная игра «Пятнашки»		
34			Русская народная игра «Охотники и зайцы»		
			Эстафета с мячом. Итоговое занятие.		