

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Республики Мордовия

Администрация Zubovo-Полянского муниципального района

МБОУ "Зубово-Полянская гимназия"

РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры
физической и
эстетической культуры,
ОБЖ

Сандарова Т.Ф.
протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по НМР

Левина Л.Н.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Балашкина Н.В.
Приказ №184 от «31»
августа 2023 г.

**Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности
Секция «Подвижные игры»**

Уровень начального общего образования

Срок освоения: 1 год (3 класс)

**Составитель: Макарова Л. А.,
учитель физической культуры**

Зубова Поляна, 2023.

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» для учащихся 3-х классов составлена на основе авторской программы

«Физическая культура для 1-4 классов», авторы В. И. Лях и др. - М.: Просвещение, 2018 г.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Курс включает одно занятие в неделю, 3 классы по 34 занятия за учебный год.

- Письма Минобрнауки России «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» от 12.05.2011 г. № 03-296.

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

- Учебник: Лях В. И. Физическая культура. 1–4 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2011.

Пояснительная записка

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.
- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.
- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.
- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение.

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выразить свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами 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:**
- умение оформлять свои мысли в устной форме
 - слушать и понимать речь других;
 - договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
 - учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности (3 класс)

1. Игры с бегом (5 часов)

Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных.

Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».
- Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Дай руку»

2. Игры с мячом (5 часов)

Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

3. Игры с прыжками (5 часов)

Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки». □ Комплекс ОРУ. Игра « Стылка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

4. Игры малой подвижности (2 часов)

Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

5. Зимние забавы (8 часов)

Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика». □ Игра «Меткой стрелок».

6. Эстафеты (6 часов)

Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. □ Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

7. Народные игры (3 часа)

Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки". □ Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

Формы подведения итогов реализации курса

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности. Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях.

Тематическое планирование на 3-й год обучения

№	Раздел / тема	Количество часов
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	2 ч.
6.	Зимние забавы.	8 ч.
7.	Эстафеты.	6 ч.
7.	Народные игры	3 ч.
	Итого:	34 ч.

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			планируемая	фактическая
1.	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. ПИ «Змейка», «Челнок»	1	6.09.23	
2.	Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Пустое место», «Филин и пташки»	1	13.09.23	
3.	Комплекс ОУР в движении. ПИ «Пятнашки с домом», «Прерванные пятнашки», «Круговые пятнашки»	1	20.09.23	
4.	Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Платок», «Палочки – выручалочки»	1	27.09.23	
5.	Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. ПИ «Кошка и мышка в лабиринте», «Дай руку»	1	4.10.23	
6.	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ с малыми мячами. ПИ «Мячик кверху», «Свечи ставить»	1	11.10.23	
7.	Комплекс ОРУ с большими мячами. ПИ «Перебрасывание мяча»	1	18.10.23	
8.	Комплекс ОРУ с большими мячами. ПИ «Зевака». Игра «Летучий мяч»	1	25.10.23	
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. ПИ «Выбей мяч из круга», «Защищай город»	1	8.11.23	
10.	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Комплекс ОРУ. ПИ « Воробушки и кот», «Дедушка – рожок»	1	15.11.23	

11.	Виды прыжков.Комплекс ОРУ. ПИ «Переселение лягушек», «Лошадки».	1	22.11.23	
12.	Комплекс ОРУ. ПИ «Петушиный бой», «Борьба за прыжки».	1	29.11.23	
13.	Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Накинь кольцо»	1	6.12.23	
14.	Комплекс ОРУ. ПИ «Стойка на одной ноге», «Кто первый?».	1	13.12.23	
15.	Правила техники безопасности. Игры на внимательность. ПИ «Летит - не летит», «Запрещенное движение»	1	20.12.23	
16.	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. ПИ «Колечко», «Море волнуется»	1	27.12.23	
17.	Зимние забавы. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.	1	10.01.24	
18.	Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. Развитие глазомера и чувства расстояния. ПИ «Снежные круги»	1	17.01.24	
19.	Зимние забавы. ПИ «Строим крепость»	1	24.01.24	
20.	Зимние забавы. ПИ «Строим крепость»	1	31.01.24	
21.	Зимние забавы. ПИ «Взятие снежного городка»	1	7.02.24	
22.	Зимние забавы. ПИ «Взятие снежного городка»	1	14.02.24	
23.	ПИ «Лепим снеговика», «Меткой стрелок».	1	21.02.24	
24.	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. Эстафета «Передал – садись»	1	28.02.24	

25.	Эстафета «Челночный бег»	1	6.03.24	
26.	Эстафета «По цепочке», «Вызов номеров»	1	13.03.24	
27.	Эстафета «Ведерко с водой»	1	20.03.24	
28.	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать»	1	3.04.24	
29.	Эстафета «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1	10.04.24	
30.	Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка»	1	17.04.24	
31.	Эстафета «Дорожки», «Шарик в ложке»	1	24.04.24	
32.	Организация и проведение игр на праздниках. Разучивание народных игр. ПИ"Горелки"	1	8.05.24	
33.	Разучивание народных игр. ПИ «Гуси - лебеди»	1	15.05.24	
34.	Разучивание народных игр. ПИ "Мишени".	1	22.05.24	