

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 (4 класс)

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

Зубова Поляна, 2023.

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» для учащихся 4-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, 4 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 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 (4 класс)

1. Игры с бегом (5 часов).

Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды.

Повторение считалок.

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». □
Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробушки и кот». Игра «Игра «Без пары».

2. Игры с мячом (5 часов)

Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр.

Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

3. Игры с прыжками (5 часов).

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

4. Игра малой подвижности (2 часа).

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

5. Зимние забавы (8 часов). Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах). □ Игра «Быстрый лыжник».

6. Эстафеты (6 часов).

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

7. Народные игры (3 часов)

Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.

Классификация народных игр.

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить"
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун"
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки"

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 4-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 4 класс

№п\п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			планируемая	фактическая
1.	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. ПИ «Мешочек»	1	4А 7.09.23 4Б 6.09.23	
2.	Комплекс ОРУ с предметами. ПИ «Городок», «Русская лапта	1	4А 14.09.23 4Б 13.09.23	
3.	Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Лиса в курятнике», «Ловкие ребята».	1	4А 21.09.23 4Б 20.09.23	
4.	Комплекс ОРУ с предметами . ПИ «Пятнашки в кругу», «Караси и щуки».	1	4А 28.09.23 4Б 27.09.23	
5.	Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Воробушки и кот». «Игра «Без пары».	1	4А 5.10.23 4Б 4.10.23	
6.	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Комплекс ОРУ с малыми мячами. ПИ «Мяч в центре», «Мяч среднему»	1	4А 12.10.23 4Б 11.10.23	
7.	Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Комплекс ОРУ с большими мячами. ПИ «Мяч – соседу», «Охотники».	1	4А 19.10.23 4Б 18.10.23	
8.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. ПИ «Отгадай, кто бросил»	1	4А 26.10.23 4Б 25.10.23	
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. ПИ «Защищай ворота», «Подвижная цель»	1	4А 9.11.23 4Б 8.11.23	
10.	Комплекс ОРУ с мячами. ПИ Игра «Обгони мяч», «Мяч в центре».	1	4А 16.11.23 4Б 15.11.23	
11.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Комплекс ОРУ. ПИ «Шишки, жёлуди, орехи», «Белые медведи».	1	4А 23.11.23 4Б 22.11.23	

12.	Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ. ПИ «Туда-обратно», «Зайцы в огороде».	1	4А 30.11.23 4Б 29.11.23	
13.	Комплекс ОРУ. ПИ «Карусели», «Тропка».	1	4А 7.12.23 4Б 6.12.23	
14.	Комплекс ОРУ. ПИ «Ловушка», «Капканы».	1	4А 14.12.23 4Б 13.12.23	
15.	Разучивание рифм для проведения игр. Комплекс ОРУ на месте. ПИгра «Кто дальше бросит?», «Что изменилось?»	1	4А 21.12.23 4Б 20.12.23	
16.	Комплекс ОРУ на месте. ПИ «Невидимки», «Наблюдатели»	1	4А 28.12.23 4Б 27.12.23	
17.	ПИ «Кто точнее», «Найди предмет».	1	4А 11.01.24 4Б 10.01.24	
18.	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. ПИ «Снежком по мячу».	1	4А 18.01.24 4Б 17.01.24	
19.	ПИ «Снежком по мячу».	1	4А 25.01.24 4Б 24.01.24	
20.	Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. ПИ «Пустое место».	1	4А 1.02.24 4Б 31.01.24	
21.	ПИ «Пустое место».	1	4А 8.02.24 4Б 7.02.24	
22.	Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. ПИ «Кто дальше» (на лыжах).	1	4А 15.02.24 4Б 14.02.24	
23.	ПИ «Кто дальше» (на лыжах).	1	4А 22.02.24 4Б 21.02.24	
24.	ПИ «Взятие снежного городка»	1	4А 29.02.24 4Б 28.02.24	
25.	Спортивный праздник «Богатырские потешки»	1	4А 7.03.24 4Б 6.03.24	

26.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставкой подвижного мяча, «Кто первый?»	1	4А 14.03.24 4Б 13.03.24	
27.	Способы деления на команды. Повторение считалок. Эстафета парами	1	4А 21.03.24 4Б 20.03.24	
28.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	4А 4.04.24 4Б 3.04.24	
29.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	4А 11.04.24 4Б 10.04.24	
30.	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки	1	4А 18.04.24 4Б 17.04.24	
31.	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	4А 25.04.24 4Б 24.04.24	
32.	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Разучивание народных игр. ПИ "Корову доить"	1	4А 2.05.24 4Б 8.05.24	
33.	Классификация народных игр. Разучивание народных игр. ПИ "Коршун"	1	4А 16.05.24 4Б 15.05.24	
34.	Разучивание народных игр. ПИ "Бабки"	1	4А 23.05.24 4Б 22.05.24	