

Матвеево-Курганский район
с. Греково-Тимофеевка

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Греково-Тимофеевская средняя общеобразовательная школа

Утверждена
приказом по школе от 27.08.2021 года № 61

ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
«Чемпион»
для 3 класса на 2021-2022 учебный год

Количество часов **34 часа в год (1 час в неделю)**

Учитель **Сердюкова Виталина Дмитриевна**

Программа по внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе авторской программы В. И. Ляха, А. А. Зданевича «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов».

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Чемпион» рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю. Спланировано 34 часа.

Программа разработана на базе Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе авторской программы внеурочных занятий, разработанной Михайловским Е.А. и следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273 – ФЗ).
2. Приказа Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» с изменениями (утверждены Приказами Минобрнауки РФ от 26 ноября 2010 г. N 1241, от 22 сентября 2011 г. N 2357, от 18 декабря 2012 г. N 1060, от 18 мая 2015 г. N 507, от 31 декабря 2015 г. N 1576).
3. Примерной основной образовательной программой начального общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15).
4. Приказа Минобрнауки России от 17.07.2015 г. № 734 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015 (зарегистрированного в Минюсте России 13.08.2015 г. № 38490).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24 ноября 2015 г. № 81 «О внесении изменений № 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях»
6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»
7. Письмо Минпросвещения России от 05.09.2018 N 03-ПГ-МП-42216 "Об участии учеников муниципальных и государственных школ Российской Федерации во внеурочной деятельности".
8. Приказа Минобрнауки России от 28.12.2018 г. № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» с изменениями (утверждены Приказами Минобрнауки России от 22.11.2019 г. № 632, от 18.05.2020 г. №249).
9. Порядка разработки рабочих программ учебных предметов учителями МБОУ Греково-Тимофеевской сош, принятого на педагогическом совете от 15 июня 2020 г. № 13.
10. Образовательной программы начального общего образования МБОУ Греково-Тимофеевской сош, принятой педагогическим советом от 27.08.2020 г. протокол № 1.
11. Учебного плана образовательного учреждения МБОУ Греково-Тимофеевской сош на 2021 – 2022 учебный год.

Подвижная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игра как средство воспитания.

Развитие подвижных игр в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки. Кроме того, некоторые игры приобретают определенный оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Алгоритм работы с играми.

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся должны: **иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- о соблюдении правил игры.

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Основное содержание обучения в 3 классе.

1 раздел (1час)

Основы знаний о народной подвижной игре.

- Что такое подвижная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры. Понятие правил игры. Выработка правил. Игра «Клубочек»

2 раздел (5 часов)

Игры на свежем воздухе.

- Русские народные игры: «Защита крепости», «Белки, орехи, шишки», «Птицы и клетка», «Водяной»
- Групповые игры: «Ловля парами», «Мяч по кругу», «Светофор», «Поймай хвост дракона», «Айсберги»
- Командная игра: «Вороны и воробьи»

3 раздел (4 часа)

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

- Двигательная активность и гиподинамия. Дыхательная гимнастика. Игры для профилактики плоскостопия. Игры для профилактики искривления позвоночника.

4 раздел (6 часов)

Игры-эстафеты.

- Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Эстафеты с бегом и прыжками.
- Эстафеты с преодолением препятствий.
- Веселые старты.

5 раздел (9 часов)

Зимние забавы

- Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».
- Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».
- Эстафета на санках.
- Игры на снегу.

6 раздел (4 часа)

Спортивные игры.

Спортивные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки», «Быстро по местам», «Не урони мяч», «Круговая эстафета», «Кто первый», «Картошка», «Штандер-стоп», «Все домой».

7 раздел (2 часа)

Игры, способствующие развитию основных физических качеств.

- Игры с мячом. «Самый меткий»,
- Игры со скакалками. «Удочка»
- Игры с элементами бега. «Нитка и иголка», «Ловишка»,
- Игры на равновесие. «Сохрани равновесие», «Стой».

8 раздел (2 часа)

Народные подвижные игры.

- Игры русского народа. «Совушка-сова – большая голова», «У медведя во бору», «Филин и пташки», «Горелки», «Кот и мышь»,
- Игры разных народов. «Липкие пеньки», «Стрелок», «Разорви цепь», «Сторож», «Петушки».

9 раздел (1 час) (резерв)

Праздник здоровья и подвижной народной игры.

Спортивные соревнования и эстафеты на основе изученных игр.

Литература

Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 2015.

Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 2015.

Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2016

Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2015

Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 2000

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата	
			факт	план
1	История народной подвижной игры. Понятие правил игры. Выработка правил. Игра «Клубочек»	1	02.09	
2	Считалки. Русская народная игра: «Защита крепости»	1	09.09	
3	Русская народная игра: «Белки, орехи, шишки»	1	16.09	
4	Русская народная игра: «Птицы и клетка»	1	23.09	
5	Групповая игра: «Ловля парами»	1	30.09	
6	Групповая игра: «Мяч по кругу»	1	07.10	
7	Двигательная активность и гиподинамия.	1	14.10	
8	Дыхательная гимнастика.	1	21.10	
9	Игры для профилактики плоскостопия.	1	28.10	
10	Игры для профилактики плоскостопия.	1	11.11	
11	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».	1	18.11	
12	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч»	1	25.11	
13	Большая игра с малым мячом. «Чемпионы малого мяча».	1	02.12	
14	«Веселые снежки». Игры на снегу.	1	09.12	
15	«Веселые снежки». Игры на снегу.	1	16.12	
16	«Догони снеговика». Игры на снегу	1	23.12	
17	«Догони снеговика». Игры на снегу.	1	13.01	
18	Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».	1	20.01	
19	Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».	1	27.01	
20	Виды зимних игр. Эстафета на санках.	1	03.02	
21	Игра «Пингины». Эстафета на санках.	1	10.02	
22	Эстафета «Поменяй мяч»	1	17.02	
23	Эстафеты с бегом и прыжками.	1	24.02	
24	Эстафеты с бегом и прыжками.	1	03.03	
25	Весёлые старты.	1	10.03	
26	Спортивные игры: «Брось — поймай»	1	17.03	
27	Спортивные игры: «Выстрел в небо»	1	31.03	
28	Спортивные игры: «Охотники и утки»	1	07.04	
29	Спортивные игры: «Быстро по местам»	1	14.04	
30	Игры с мячом. «Самый меткий»	1	21.04	
31	Игры со скакалками. «Удочка»	1	28.04	
32	Игры русского народа. «Совушка-сова – большая голова»	1	05.05	
33	Игры русского народа. «Филин и пташки»,	1	12.05	
34	Праздник здоровья и подвижной народной игры.	1	19.05	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета
МБОУ Греково-Тимофеевской сош
от 26.08.2021 года № 1

М.А. Парасочка М. А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

М.А. Парасочка М. А.

26.08.2021 года