

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Каменский район
Отдел образования Администрации Каменского района
МБОУ Гусевская СОШ

РАССМОТРЕНО
На заседании
Педагогического совета

Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
Гусевская СОШ

Чеботарева М.В.
Приказ № 151
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению
«Понграй-ка»
для обучающихся 3 класса

Составитель: Ульянеева Г.А.
Учитель начальных классов

х.Гусев Каменского района 2024 год

Содержание учебного предмета.

Настоящая программа кружка «Поиграй-ка!» разработана в условиях реализации ФГОС нового поколения.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся начальных классов.

Режим занятий: Программа рассчитана на 33 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей – учащиеся с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся; удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи направлены на:

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Учащиеся должны:

понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

ЗНАТЬ:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий;

УМЕТЬ:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- выражать в движении характер музыки и ее настроение;
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседу с учащимися, показ изучаемых элементов ритмики, подвижных игр, просмотр видеофильмов и презентаций. В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями – физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными играми, ритмико-гимнастическими упражнениями и элементами детского фитнеса.

Огромное значение для ребёнка имеет участие в жизни класса вне школьных уроков. Для многих ребят - это основной мотив посещения школы, так как есть

возможность проявить инициативу и самостоятельность, ответственность и открытость.

Подвижная игра – это относительно самостоятельная деятельность детей, в которой ярко выражена роль движений. Игры - естественный источник радостных эмоций, самовыражения. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики и воспитания. Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п (дата)	Место проведения	Название игры	Содержание	Характеристика деятельности	Дата	
					план	факт
1	кабинет	Вводное теоретическое занятие	Просмотр учебного фильма «Что мы знаем об игре»	<u>Познакомиться</u> с техникой безопасности на занятиях; с правилом поведения на кружке; просмотреть видеофильм об игре.	<u>05.09</u>	
«Игры-догонялки»						
2	спорт. площ.	«Салки-приседалки»	Простые и усложненные-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила.	<u>Воспроизводить</u> заданный учителем образец выполнения алгоритма <u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения	<u>12.09</u>	
3	с/п	«Салки с домом»			19.09	
4	с/п	«У медведя во бору»			26.09	
5	с/п	«Волк во рву»			03.10	
6	спорт. зал	«День и ночь»			10.10	
«Игры – поиски»						
7	с/з	«Отгадай, кто подходил?»	Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус	<u>Осознавать</u> внутреннюю позицию на уровне положительного отношения к школе. <u>Слушать и понимать</u> речь других людей.	<u>17.10</u>	

8	с/з	«Слепой и зрячий»	игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.	Совместно <i>договариваться</i> о правилах общения с одноклассниками и учителем	24.10	
9	с/з	«Холодно-горячо»			07.11	
10	кабинет	Викторина «В мире спорта»	Просмотр роликов по видам спорта.	<u>Познакомить</u> с некоторыми видами спорта. <u>Уметь</u> определять и называть правила увиденного вида.	<u>14.11</u>	
«Игры с быстрым нахождением своего места»						
11	с/з	«Море волнуется!»	В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.	<u>Моделировать</u> : использовать готовую модель (пример учителя) в целях умения применять алгоритм предложенных действий	<u>21.11</u>	
12	с/з	«Птицы, на гнезда!»			28.11	
13	с/з	«Гусек»			05.12	
«Зимние игры на снеговой площадке»						
14-17	с/п	Игра в снежки, лепка снежных фигур.	В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость,	<u>Соотнести</u> заданное задание с возможными вариантами его исполнения, выбирая из предложенных способов нужный.	<u>12.12</u> <u>19.12</u> <u>26.12</u> <u>09.01</u>	

			сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др.			
«Настольные игры»						
18-21	каб.	Лото, шахматы, детское домино, шашки.	Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.	<u>Моделировать</u> соответствующую ситуацию с помощью предложенных видов игр. Провести турниры по этим играм.	<u>16.01</u> <u>23.01</u> <u>30.01</u> <u>06.01</u>	
«Игры с сопротивлением и борьбой»						
22	каб.	«Пригибание руки»	Игры направленные на развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий.	<u>Слушать и понимать</u> речь других людей. Совместно <i>договариваться</i> о правилах игры с одноклассниками <u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения	<u>13.02</u>	
23	с/з	«Коршун и наседка»			20.02	
24	с/з	«Поймай последнего»			27.02	
«Интеллектуальные игры»						
25	каб.	«Собери пословицу»	Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе.	<u>Воспроизводить</u> способы выполнения действий с опорой на модели <u>Слушать и понимать</u> речь других людей.	<u>06.03</u>	
26	каб.	Викторина «Спорт вокруг нас»			13.03	
27-28	Экскурс .	Спортивные секции нашего посёлка	Экскурсия помогает ребятам познакомиться со спортивными секциями посёлка.	<u>Заинтересовать</u> детей работой в спортивных секциях.	<u>20.03</u>	

«Игры на свежем воздухе»						
29-32	с/п	«Ланга»	Познакомить детей с новой игрой. Игра помогает всестороннему развитию подрастающего поколения, способствует развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, коллективизм и др.	<u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения	<u>03.04</u> <u>10.04</u> <u>17.04</u> <u>24.04</u>	
33-34	с/п	Итоговые занятия	Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года. Играют в понравившиеся игры.	<u>Совместно договариваться</u> о понравившейся игре, о правилах игры с одноклассниками	<u>15.05</u> <u>22.05</u>	

Литература.

1. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия»
2. Бутин И.М. Лыжный спорт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия».
3. Г.П. Болонов «Физкультура в начальной школе» методическое пособие — Творческий центр СФЕРА Москва 2021.
4. И. П. Дайлидене «Поиграем, малыш!» книга для работников дошкольных учреждений и родителей. – Москва «Просвещение» 2019.
5. Журнал «Начальная школа» за 2008 год №4 Н.Н. Макаринова. Народные игры на уроках физической культуры
6. Журнал «Начальная школа» за 2018 год №9 В.В. Лаврентьев. Подвижные игры
7. Журнал «Начальная школа» за 2010 год №8 Д.А. Антуфьев, С.Л. Антуфьева. Эмоциональная зарядка на весь день