

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

РАССМОТРЕНО
на заседании
Педагогического совета

Протокол №1 от 30.08.2024
года



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID _____)

по внеурочной деятельности учащихся
«Поиграй-ка»
для обучающихся _____ 4 _____ класса

Составитель : учитель начальных классов Шеврёва Л.П.

Х.Гусев 2024-2025г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего общего образования, федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

Задачей педагога, реализующего программу, является развитие у обучающегося ценностного отношения к Родине, природе, человеку, культуре, знаниям, здоровью.

Программа направлена на:

концепцию духовно-нравственного воспитания российских школьников

формирование интереса к познанию;

развитие у школьников общекультурной компетентности;

осознание своего места в обществе;

познание себя, своих мотивов, устремлений, склонностей;

формирование готовности к личностному самоопределению.

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности составляют следующие документы.

Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021

№ 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022

№ 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69676).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023

№ 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229)

. В основу разработки программы положены следующие документы:

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. Рассчитана на 132 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по классам с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

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.

Личностными результатами кружка «Поиграй-ка» являются следующие умения:

–оценивать поступки людей,

жизненные ситуации источник зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

–умение выражать свои эмоции;

–понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами кружка «Поиграй-ка» 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

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности. Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих детей начальной школы наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии.

Кружок «Поиграй-ка» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности. Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

Неизгладимые впечатления дает детям знакомство с особенностями жизни, культуры народов, населяющих нашу Родину, через изучение традиций и обычаев того или иного этноса. Одним из основных средств знакомства с жизнедеятельностью народов на уроках физической культуры является народная игра. Главная задача педагога — научить детей играть активно и самостоятельно. Только в этом случае они приучаются сами в любой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение.

Таким образом, народные игры способствуют формированию гармонично развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство и физическое совершенство.

Результаты освоения программы

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.

К концу 4 класса 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, скорости, 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.

4 класс

№ п/п	Дата	Название игры	Содержание	Характеристика деятельности
1	04.09	Вводное теоретическое занятие	Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми.	<u>Познакомиться</u> с техникой безопасности на занятиях; с правилом поведения на кружке.
«Игры на свежем воздухе»				
2-4	11.09, 18.09, 25.09	Лапта.	Игра помогает всестороннему развитию подрастающего поколения, способствует развитию физических сил и психологической,	<u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения <u>Формировать</u> навыки игры в лапту.

			эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, коллективизм и др.	
«Игры-догонялки»				
5	02.10	«Дедушка Мазай»	Простые и усложненные-догонялки, в которых одним приходится убежать, 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.	Воспроизводить заданный учителем образец выполнения алгоритма <u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения
6	09.09	«Уголки»		
7	16.09	«Два Мороза»		
8	23.09	«Третий лишний»		
«Игры народов мира»				
9	06.11	Познавательная беседа «Игры народов мира»	В ходе просмотра видеороликов и презентаций, дети знакомятся с некоторыми играми народов, населяющих Россию.	<u>Познакомить</u> детей с играми народов мира; с особенностями жизни, культуры народов, населяющих нашу Родину
10	13.11	Мордовская народная игра «Ворона».	Детские народные игры отличаются непосредственностью и простотой. Вместе с тем в простых по форме и на первый взгляд наивных по содержанию играх дети постоянно изображают труд взрослых, их взаимоотношения в процессе труда.	
11	20.11	Эстонская народная игра «Сторож»		
12	27.11	Русская народная игра «Жмурки»		
«Игры на внимание»				
13	04.12	«Весёлые старты»	В этом разделе подобраны игры на развитие сообразительности, быстроты реакции, ориентировки. Участников игр следует побуждать к активным, решительным действиям. Совершенствовать навыки работы с мячом, внимательность.	<u>Совершенствование</u> навыков в беге с изменением направления.
14	11.12	«Караси и щуки»		<u>Развивать</u> ловкость, чувство коллективизма.
15	18.12	«Мяч среднему»		<u>Совершенствование</u> навыка ловли и передачи мяча.
16	25.12	«Мяч ловцу»		
«Игры на свежем воздухе»				
17	15.01	Викторина с	На этом занятии дети	<u>Прививать</u> интерес детей к зимним

		элементами видеороликов. «Зимние виды спорта»	знакомятся с зимними видами спорта, беседуют о любимых развлечениях зимой на улице. Задача учителя выявить на чём (санки, лыжи, коньки) дети предпочитают кататься.	видам спорта. Познакомить с некоторыми зимними играми
18	22.01	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, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др.	Соотносить заданное задание с возможными вариантами его исполнения, выбирая из предложенных способов нужный.
19	29.01	Игра в снежки, лепка снежных фигур. Катание на санках		
20	05.02	Игра в снежки, лепка снежных фигур.		
21	12.02	Игра в снежки, лепка снежных фигур.		
22	19.02	«Кто дальше?»		
«Занятия-инсценировки»				
23	26.02	«Весёлые туристы»	включение в урок этого приема делает процесс обучения интересным и занимательным, создаёт у детей бодрое рабочее настроение, облегчает преодоление трудностей. Разнообразные игровые действия, в ходе которых решается та или иная умственная задача, поддерживают и усиливают интерес детей к занятиям. Увлёкшись, дети не замечают трудностей. Даже самые пассивные из детей включаются в процесс	<u>Прививать</u> интерес к туризму; воспитание чувства товарищества и взаимовыручки. <u>Приобщение</u> детей к здоровому образу жизни. <u>Развитие</u> координационных способностей. <u>Усвоение</u> детьми навыков преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий.
24	05.03	«В гостях у Нептуна»		
25	12.03	«Астронавты»		
26	19.03	«Спортландия»		
27	02.04	«Морские волки»		
«Игры на свежем воздухе»				
28	09.04	«Арам шимшим»	Физические упражнения на природе чрезвычайно благоприятны для совершенствования многих движений детей, развития их двигательных качеств. Широкий простор позволяет двигаться активно, свободно, непринужденно, что способствует развитию сноровки, ловкости, выносливости ребенка. На	закрепить и расширить индивидуальный фонд основных жизненно важных двигательных умений и навыков, приобретенный ранее, обучить начальным знаниям в области физической культуры;
29	16.04	«А какой твой цвет?»		
30	23.04	«Застывшее королевство»		

31	30.04	«Малайский волейбол»	открытых лужайках дети могут двигаться с большой скоростью, не опасаясь ни на что натолкнуться.	
32	07.05	«Салки с защитником»		
33-34	14.05, 21.05	Итоговые занятия	Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года. Играют в понравившиеся игры.	<u>Совместно договариваться</u> понравившейся игре, о правилах игры с одноклассниками

Материально – техническое обеспечение:

Малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

Порядок работы с играми: - Название игры - Знакомство с содержанием игры - Объяснение правил игры - Разучивание игры - Проведение игры.

Литература.

Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия»

Бутин И.М. Лыжный спорт: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия».

Г.П. Болонов «Физкультура в начальной школе» методическое пособие – Творческий центр СФЕРА Москва

И. П. Дайлидене «Поиграем, малыш!» книга для работников дошкольных учреждений и родителей. – Москва «Просвещение»

Журнал «Начальная школа» №4 Н.Н.Макаринова. Народные игры на уроках физической культуры

Журнал «Начальная школа» №9 В.В. Лаврентьев. Подвижные игры

Журнал «Начальная школа» №8 Д.А. Антуфьев, С.Л. Антуфьева. Эмоциональная зарядка на весь день

