

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Октябрьский сельский лицей
Чердаклинского района Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора лицея
от 31 августа 2023 года
№ 160

Рабочая программа внеурочной деятельности
(в том числе с применением электронного обучения
и дистанционных образовательных технологий)
«Подвижные игры»
на 2023-2024 учебный год
учителя физической культуры
первой квалификационной категории
Дымовой Розы Рашидовны

Направление: спортивно-оздоровительное направление
Срок реализации: четыре года обучения
Возраст: обучающиеся начальных классов

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО
на заседании кафедры технологии, искусства и зож
Протокол № 01 от «29» августа 2023 года
Руководитель кафедры Т.Н. Шишкова

СОГЛАСОВАНО
зам директора лицея по УВР
Т.Н. Туктагулова
«29» августа 2023год

Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать:**

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;

- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятий
ТБ. Игра «Фигуры».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game	внеурочная.
Игра «Волки, зайцы, лисы».	1		
Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору».	1		
Игра «Второй лишний».	1		
Игра ««Фигуры».	1		
Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1		
Игра «Мяч по полу».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game	внеурочная.
Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».	1		
Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1		
Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1		

Игра «Мяч соседу».	1		
Игра «Подвижная цель».	1		
Игра «Прыгающие воробышки».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game	внеурочная.
Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	1		
Игра «Зеркало».	1		
Игра «Выше ножки от земли».	1		
Игра «Альпинисты».	1		
Игра «Красный, зелёный». Игра «Поезд».	1		
Игра «Копна – тропинка – кочки».	1		внеурочная.
Игра «Построение в шеренгу».	1		
Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1		
Игра «Гонки снежных комов».	1	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game	внеурочная.
Игра «Мяч из круга».	1		
Игра «Гонка с шайбами».	1		
Знакомство с правилами проведения эстафет.	1	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game	внеурочная.
Беговая эстафеты.	1		внеурочная.

Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1		
Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1		
Игра "Чехарда".	1	Физкульт.Ура	внеурочная.
Игра «Золотые ворота»	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game	
Игра «Чижик»	1		
Игра «Золотые ворота»	1		
Игра "Чехарда".	1		