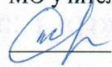


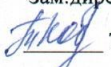
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Пермского края

Управление образования г. Березники

МАОУ СОШ № 30

РАСМОТРЕНО
МО учителей нач. кл.
 Т.Г. Савченко
Протокол №1
от "30" 082022 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УР
 Т.Г. Кобзева
Протокол №1
от "30" 08 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«СПОРТИВНАЯ ИГРОТЕКА»**

для 1 «В» класса начального общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Шаймухаметова Татьяна Рауфовна,
учитель начальных классов

Березники, 2022

Пояснительная записка.

Программа разработана на основе:

федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);

примерной образовательной программы образовательного учреждения, начальное общее образование, для ОУ, реализующих ФГОС.

Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста.

В 1 классе ведётся 2 часа в неделю, всего 66 часов.

Цель программы: сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья посредством подвижной игры. Содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащимися.

Задачи: - сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;

выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

развивать умения ориентироваться в пространстве;

развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;

создавать условия для проявления чувства коллективизма;

развивать активность и самостоятельность;

обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям,

применению их в различных по сложности условиях.

При проведении занятий можно выделить два направления:

оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

«Игротека» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, 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, желании 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, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

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 определённый оттенок в зависимости от географических и климатических условий.

Игра в жизни ребёнка.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Таким образом, игровая деятельность не является врождённой способностью. с свойственной младенцу с первых дней его существования. Предпосылками игровой деятельности в онтогенезе служат рефлексы. Двигательная игровая деятельность возникает в жизни ребёнка условно - рефлекторным путём, при тесной взаимосвязи первой и второй сигнальных систем. Она формируется и развивается в результате общения ребёнка с внешним миром. При этом большое значение имеет воспитание как организованный педагогический процесс.

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. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела

Подвижные игры.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Требования к знаниям, умениям, навыкам в 1 классе:

Иметь представление о двигательном режиме первоклассника;

Знать :

-причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;

-правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);

-не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Уметь:

-оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

-выполнять правила игры.

Демонстрировать позитивное отношение к участникам игры.

Описание места секции в плане внеурочной деятельности.

Направление внеурочной деятельности	Формы работы	Класс	Кол-во часов в неделю
Спортивно оздоровительное	Кружок «Спортивная игротекa»	1	2

Описание ценностных ориентиров содержания программы.

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Основное содержание обучения

1 раздел (10 часов)

Основы знаний о народной подвижной игре.

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

- Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие правил игры.

Выработка правил.

- Пятнашки.

- Фанты.

- Горелки.

- Лапта.

- Блуждающий мяч.

2 раздел (12 часов)

Игры на воздухе. Игры на развитие психологических процессов.

- Игры на развитие восприятия

- Упражнения и игры на внимание .

- Игры на развитие памяти.

- Игры на развитие воображения.

- Игры на развитие мышления и речи.

- Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.

3 раздел (26 часов) Подвижные игры.

Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».

Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»

Игра с мячом «Охотники и утки». Весёлые старты с мячом

Игра «Волк во рву»

Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»

«Два Деда Мороза», «Метко в цель».

Игра «Белки, волки, лисы». Игра «Совушка». Игра «Удочка»

Игра «Салки с мячом». Игра «Прыгай через ров».

4 раздел (18 часов) Спортивные игры (футбол, баскетбол, пионербол.)

Итоговое занятие

-Праздник здоровья и подвижной народной игры.

Срок реализации программы: программа рассчитана на 1 год, 66 часов

Форма реализации программы: внеурочное время 2 раза в неделю.

№	Название раздела	Общее кол-во часов
	Спортивно-оздоровительная деятельность кружка «Игротека»	66
1	Народные игры	10
2	Игры на развитие психологических процессов	12
3	Подвижные игры	26
4	Спортивные игры (футбол, баскетбол, пионербол)	18

Ожидаемый результат:

-у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движения; младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игр;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

*планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

*оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

*организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

*бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

*взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

*в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

*подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

*находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

*выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

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

Основное содержание программы и календарно-тематическое планирование.

№	Тема занятия	Содержание занятия
		Народные игры 10 часов.
1	Русская народная игра «У медведя во бору»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
2		
3	Русская народная игра «Филин и пташка».	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.
4		
5	Русская народная игра «Горелки».	Правила игры. Проведение игры.
6	Русская народная игра «Кот и мышь».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.
7		
8	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	Правила игры. Проведение игры.
9		
10	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Проведение игры. Эстафета.
		Игры на развитие психических процессов 12 часов.
11	Игры на развитие восприятия.	Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра».
12		
13	Упражнения и игры на внимание	Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».
14		
15	Игры на развитие памяти.	Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».
16		
17	Игры на развитие воображения.	Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».
18		
19	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку».
20		
21	Игры на коррекцию	Игры «Баба Яга», «Три

22	эмоциональной сферы ребёнка.	характера».
		Подвижные игры 26 часов.
23	Игры на внимание «Класс,	Правила игры. Строевые упражнения; перестроение.
24	смирно», «За флажками».	
25	Игра с элементами ОРУ «Море	Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.
26	волнуется – раз»	
27	Игра с мячом «Охотники и утки».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.
28		
29	Весёлые старты с мячом.	Гимнастические упражнения. Эстафеты.
30		
31	Игра «Волк во рву»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.
32		
33	Весёлые старты со скакалкой	Комплекс ОРУ со скакалкой.
34		
35	Игра с прыжками «Попрыгунчики-	Правила игры. Проведение игры.
36	воробушки»	
37	Игры на свежем воздухе «Два	Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.
38	Деда Мороза», «Метко в цель».	
39	Игра «Белки, волки, лисы».	Правила игры. Проведение игры.
40		
41	Игра «Совушка».	Правила игры. Проведение игры.
42		
43	Игра «Удочка»	Игры со скакалкой, мячом.
44		
45	Игра «Перемена мест»	Построение. Строевые упражнения б перемещение.
46		
47	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.
48	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование

		координации движений.
		Спортивные игры 18.
49	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
50		
51		
52	Футбол	Проведение игры.
53		
54	Баскетбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину.
55		
56		
57	Баскетбол	Мини-игра
58		
59	Пионербол (элементы волейбола)	Игровые правила. Отработка игровых приемов. Игра.
60		
61		
62	Пионербол	Проведение игры.
63		
64		
65	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.
66	Любимые игры (по выбору).	

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения внеурочной деятельности.

Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;

Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X

Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «ДОМ. XXI век», 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;

Ковалько В. И. «Здоровьесберегающие технологии», Москва, «Вако», 2004 г.

Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва, «Просвещение», 1989 г.

Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа (сост. Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).

Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126 с - (Образовательный стандарт).

Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;

Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми», Москва, «Просвещение», 1983 г.

Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону, «Феникс», 2002 г.