

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3 СТ. ЗЕЛЕНЧУКСКОЙ ИМ.
В.В.БРЕСЛАВЦЕВА»

Согласовано:

Зам. директора по ВР

МБОУ СОШ №3

М.И.Брателева

« 28 » 08 2023

г

Утверждено:

Директор школы

Петрушкова ВИ.

2023г.



Рабочая программа
по внеурочной деятельности
клуб «Поиграй-ка!»

Разработала:
учитель начальных классов,
высшей квалификационной категории,
классный руководитель 2 «А» класса
Рубанова Наталья Ивановна

Ст.Зеленчукской
2023-2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа школы «Поиграй-ка!» разработана в условиях реализации ФГОС нового поколения. В основу разработки программы положены следующие документы:

- Концепция духовно-нравственного воспитания российских школьников
- Концепция Федеральных государственных образовательных стандартов общего поколения
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373, зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г., регистрационный номер 17785) с изменениями (утверждены приказом Минобрнауки России от 26 ноября 2010 г. № 1241, зарегистрированы в Минюсте России 4 февраля 2011 г., регистрационный номер 19707);

Настоящая программа разработана на основе «Примерные программы внеурочной деятельности» Москва «Просвещение» 2011 г.

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. Из расчёта 1 час в неделю, 1 класс – 32 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа.

Рассчитана на 134 учебных часа и предполагает равномерное распределение этих часов по классам с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Режим занятий: Программа рассчитана на 34 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).

Количество обучающихся – 12-15 человек.

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 школы «Поиграй-ка» являются следующие умения:

– оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

– умение выражать свои эмоции;

– понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами школы «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.

Школа «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, 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.

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.

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. Болоннов «Физкультура в начальной школе» методическое пособие – Творческий центр СФЕРА Москва 2015
4. И. П. Дайлидене «Поиграем, малыш!» книга для работников дошкольных учреждений и родителей. – Москва «Просвещение» 2018
5. Журнал «Начальная школа» за 2017 год №4 Н.Н. Макаринова. Народные игры на уроках физической культуры
6. Журнал «Начальная школа» за 2012 год №9 В.В. Лаврентьев. Подвижные игры
7. Журнал «Начальная школа» за 2018 год №8 Д.А. Антуфьев, С.Л. Антуфьева. Эмоциональная зарядка на весь день

**Тематическое планирование
1класс**

№ п/п	Тема занятия	По плану	По факту
1.	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»		
2	«Салки»		
3	«Догони меня»		
4	«Вызов номеров»		
5.	«День и ночь»		
6.	«Волк во рву»		
7.	«Горелки»		
8.	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам»..		
9.	«Удочка», «Аисты»		
10	«Не намочи ног».		
11.	«Охотники и утки»		
12.	«Пчёлки».		
13.	«Пятнашки», «Кот и мыши».		
14.	«Вышибалы».		
15.	«Пустое место»		
16.	«Совушка»		
17.	«Подвижная цель»		
18.	«Попади в цель».		
19.	«Два мороза»		
20.	«Белые медведи»		
21.	«Охотники и утки»		
22.	«Казачьи разбойники»		
23.	«Рыбаки и рыбки»		
24.	«Бросай – беги »		
25.	«Сокол и мыши»		
26.	«Быстрая передача».		
27.	«Мяч среднему», «Мяч соседу»		
28.	«Подвижная цель».		
29.	«Зайцы, сторож и Жучка»		
30.	«Снайперы».		
31.	«Играй, мяч не теряй»		
32	Весёлые старты. Итоговое занятие		

Тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Тема занятия	По плану	По факту
1	Вводное теоретическое занятие		
2	«Бабочки»		
3	«Цыплята и насадка»		
4	«Быстрее-медленнее»		
5	«Бежим к Кате»		
6	«Уж мы сеяли лен, пригова-ривали»		
7	«Ходим кругом»		
8	«Золотые ворота»		
9	«Воробьишки»		
10	«Лягушата»		
11	«Лиса и виноград»		
12	«Выше ноги от земли»		
13	«Моя любимая игра»		
14-17	Лото, детское домино, шашки.		
18-21	Игра в снежки, лепка снежных баб, крепостей.		
22	«Лягушки в болоте»		
23	«Добрые жуки»		
24	«Волк и зайцы»		
25	«Паучки»		
26	Викторина «Спорт в мультфильмах»		
27	Видеоролики о спортивных играх		
28	«Съедобное - несъедобное»		
29	«Лисички и Белочки»		
30	«Вышибалы»		
31	«Болото»		
32	«Выше ноги от земли»		
33-34	Итоговые занятия		

3 класс

№	Тема занятия	По плану	По факту
----------	---------------------	-----------------	-----------------

п/п (дат)			
1	Вводное теоретическое занятие		
2	«Салки-приседалки»		
3	«Салки с домом»		
4	«У медведя во бору»		
5	«Волк во рву»		
6	«День и ночь»		
7	«Отгадай, кто подходил?»		
8	«Слепой и зрячий»		
9	«Холодно-горячо»		
10	Викторина «В мире спорта»		
11	«Море волнуется!»		
12	«Птицы, на гнезда!»		
13	«Гусек»		
14- 17	Игра в снежки, лепка снежных фигур.		
18- 21	Лото, шахматы, детское домино, шашки.		
22	«Пригибание руки»		
23	«Коршун и наседка»		
24	«Поймай последнего»		
25	«Собери пословицу»		
26	Викторина «Спорт вокруг нас»		
27- 28	Спортивные секции нашего посёлка		
29- 32	«Лапта»		
33- 34	Итоговые занятия		

№п/п	Тема занятия	По плану	По факту
1	Вводное теоретическое занятие		
2-4	Лапта.		
5	«Дедушка Мазай»		
6	«Уголки»		
7	« <i>Два Мороза</i> »		
8	«Третий лишний»		
9	Познавательная беседа «Игры народов мира»		
10	Мордовская народная игра «Ворона».		
11	Эстонская народная игра «Сторож»		
12	Русская народная игра «Жмурки»		
13	«Весёлые старты»		
14	«Караси и щуки»		
15	«Мяч среднему»		
16	«Мяч ловцу»		
17	Викторина с элементами видеороликов. «Зимние виды спорта»		
18	«Сороконожка на лыжах»		
19	«Лыжные врата»		
20	«Догонялки на лыжах»		
21	«Салки шайбой»		
22	«Кто дальше?»		
23	«Весёлые туристы»		
24	«В гостях у Нептуна»		
25	«Астронавты»		
26	«Спортландия»		
27	«Морские волки»		
28	«Арам шим шим»		
29	«А какой твой цвет?»		
30	«Застывшее королевство»		
31	«Малайский волейбол»		
32	«Салки с защитником»		
33-34	Итоговые занятия		