


государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области
«Самарский казачий кадетский корпус»

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1
к ООП НОО ГБОУ «Самарский
казачий кадетский корпус»


«РАССМОТРЕНА»

на заседании МО учителей
начального общего образования

 /Коновалова Н.Н./
Протокол № 1 от «26» августа 2024 г.

«ПРОВЕРЕНА»

ответственным по УМР

 /Дубовая А.Ю./
Протокол №1 от «26» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДЕНА»

приказом директора ГБОУ «Самарский
казачий кадетский корпус»


Для
документов
Синяевский С.И./
Приказ №113 - У от «30» августа 2024г.

ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры»

Направление: спортивно-оздоровительное

Форма организации: кружок

Класс: 4

Срок реализации: 1 год

Составители: учителя начальной школы

Самара, 2024

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
начальное общее образование (4 класс)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»).
- Авторской программы для общеобразовательных учреждений В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 - 4 классов. - М., Просвещение, 2016 и А.П. Матвеева. Физическая культура. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2014.
- Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус» (2022 год).
- Плана внеурочной деятельности ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус» (классы некадетской направленности)..
- Рабочей программы воспитания ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус».

Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».

Цель данной программы является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, снятие утомляемости и повышение умственной работоспособности.

Задачи курса:

- комфортная адаптация первоклассников в школе;
- устранение мышечной скованности;
- удовлетворение суточной потребности в физической нагрузке;
- формирование установок здорового образа жизни;
- укрепление и развитие дыхательного аппарата и организма детей;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм и физическим упражнениям;
- формирование общих представлений о режиме двигательной активности, его значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья;

- воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

Место изучения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» в учебном плане.

Курс внеурочной деятельности «Подвижные игры» изучается на уровне начального общего образования в 1 классе. Общее количество времени составляет 66 часов.

- 1 класс – 2 часа в неделю (66 часов в год).

Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».

4 класс

Игры с бегом (12 ч.)

Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору». Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски». Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди». Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом (10ч.)

Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу». Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Игры с прыжками (10ч.)

Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля». Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности (10ч.)

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршрутовка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы (10ч)

Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов». Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга». Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».

Эстафеты (10ч)

Беговая эстафеты. Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками). Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры (10ч.)

Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба» Разучивание народных игр. Игра «Чижик» Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота». Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

Воспитательный компонент (формы реализации воспитательного потенциала): Воспитание чувства коллективизма; Формирование установки на здоровый образ жизни; Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» на уровне основного общего образования.

Личностные результаты.

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения данного курса в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся. Личностные результаты освоения курса «Подвижные игры» отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

- патриотического и гражданского воспитания;
- ценностно-научного познания;
- формирования культуры здоровья;
- экологического воспитания;
- 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

Метапредметные результаты.

В сфере универсальных учебных познавательных действий:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; 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. представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; 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; организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью 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; 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.

Предметные результаты.

4 КЛАСС

1. Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
2. Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
3. Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» на уровне начального общего образования.

№ п/п	Название темы/раздела	Кол-во часов		Основные виды деятельности обучающихся занятий	Формы проведения занятий
		всего	Практические занятия		

1.	Игры с бегом	10	9	игровая познавательная	беседа о ЗОЖ, познавательная игра коллективные игры
2.	Игры с мячом	10	9	игровая познавательная	беседа, коллективные игры, игра-соревнование
3.	Игры с прыжками	10	9	игровая познавательная	познавательная беседа, коллективная, групповая игра
4.	Игры малой подвижности	10	9	игровая познавательная	беседа, коллективные игры, игра-соревнование
5.	Зимние забавы	8	7	игровая познавательная	познавательная беседа, коллективная, групповая игра
6.	Эстафеты	8	7	игровая	командные соревнования
7.	Народные игры	10	9	игровая познавательная	беседа, викторина коллективная, групповая игра
ИТОГО		66	59		