**Рабочая программа**

внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

3 класс

2022-2023 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность программы** состоит в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

Программа разработана **на основе:**

- *Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;*

*- Рабочей программы воспитания МБОУ «Гимназия № 6 им. И.Н.Ульянова»;*

*- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;*

*- Планируемых результатов начального общего образования;*

*- Примерных программ внеурочной деятельности.*

Программа внеурочных занятий «Подвижные игры» предназначена для учащихся 3 класса. Занятия проводятся 5 часов в неделю (170 часов в год).

**Цель программы:** создание условий для физического развития обучающихся, формирование личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

**Основными задачами** реализации поставленной цели являются:

- укреплять здоровье обучающихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать физическому, психическому развитию;

- повышать уровень двигательной активности обучающихся;

- отрабатывать навыки, направленные на развитие и совершенствование различных физических качеств;

- формировать готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье;

- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;

- формировать самостоятельность в двигательной деятельности;

- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**Личностные результаты**:

- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир;

- 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.

**Метапредметные результаты:**

**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, внесение необходимых коррективов;

- планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- различать способ и результат действия.

**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.

**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.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Общие подвижные символические игры (4 ч).**

«Бабки»,«Борющаяся цепь», «Редька», «Безсоли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок», «Космонавты»

**Бессюжетные игры (3 ч).**

«Вороны и воробьи», «Ловишки-перебежки», «Паровозик», «Белые медведи», «На одной ноге», «Веселый бег», «Попади в след».

**Игры для правильной осанки (3 ч).**

«Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки». «Авиасалон», «Тише едешь - дальше будешь».

**Игры с бегом (5 ч).**

«Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок-бегунок» «Филин и пташки», «Круговые пятнашки», «Палочки-выручалочки», «Много троих, хватит двоих».

**Игры с прыжками (5 ч).**

«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Кружилиха», «Скакалка-подсекалка», «Придумай и покажи», «Успей пробежать!».

**Игры-забавы (4 ч).**

«Охота на тигра», «Донеси рыбку», «Черепаха-путешественница», «Собери орехи», «Повяжу я шелковый платочек», «Дриблинг», «Пролезь сквозь мешок».

**Русские народные игры (4 ч).**

Русские народные игры: «Дорожки», «Змейка». Русские народные игры: «Челночок», «Пустое место». Русская народная игра «Филин и пташки». Русская народная игра «Палочка–выручалочка».

**Игры для развития внимания (3 ч).**

«Класс, смирно», «За флажками». «Цветные флажки», «Путаница». «По алфавиту», «Три, Тринадцать, Тридцать».

**Игры-эстафеты (3 ч)**

«На болоте», «Не хуже, чем кенгуру», «Сороконожки», «Нарисуй солнышко», «Поезд», «Гонка мячей под ногами».

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, тема** | **Кол-во часов по программе** |
| 1. | Общие подвижные символические игры | 4 |
| 2. | Бессюжетные игры | 3 |
| 3. | Игры для правильной осанки | 3 |
| 4. | Игры с бегом | 5 |
| 5. | Игры с прыжками | 5 |
| 6. | Игры-забавы | 4 |
| 7. | Русские народные игры | 4 |
| 8. | Игры для развития внимания | 3 |
| 9. | Игры-эстафеты | 3 |
| **Итого:** | | **34** |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** | |
| **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **Общие подвижные символические игры (4 ч)** | | | | |
|  | Подвижные игры «Бабки», «Борющаяся цепь». | 1 |  |  |
|  | Подвижные игры «Редька», «Без соли соль». | 1 |  |  |
|  | Подвижные игры «Серый волк», «Платок». | 1 |  |  |
|  | Подвижные игры «Пирожок», «Космонавты». | 1 |  |  |
| **Бессюжетные игры (3 ч)** | | | | |
|  | Бессюжетные игры «Вороны и воробьи», «Ловишки-перебежки». | 1 |  |  |
|  | Бессюжетные игры «Паровозик», «Белые медведи». | 1 |  |  |
|  | Бессюжетные игры «На одной ноге», «Веселый бег», «Попади в след». | 1 |  |  |
| **Игры для правильной осанки (3 ч)** | | | | |
|  | Игры для правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька». | 1 |  |  |
|  | Игры для правильной осанки «Лошадки». | 1 |  |  |
|  | Игры для правильной осанки «Авиасалон», «Тише едешь - дальше будешь». | 1 |  |  |
| **Игры с бегом (5 ч)** | | | | |
|  | Игры с бегом «Дорожки», «Караси и щука». | 1 |  |  |
|  | Игры с бегом «Змейка», «Пятнашки обыкновенные» | 1 |  |  |
|  | Игры с бегом «Салка», «Городок-бегунок». | 1 |  |  |
|  | Игры с бегом «Филин и пташки», «Круговые пятнашки» | 1 |  |  |
|  | Игры с бегом «Палочки-выручалочки», «Много троих, хватит двоих», | 1 |  |  |
| **Игры с прыжками (5 ч)** | | | | |
|  | Игры с прыжками «Кто дальше», «Перетягивание прыжками». | 1 |  |  |
|  | Игры с прыжками «Попрыгунчики», «Воробушки и кот». | 1 |  |  |
|  | Игры «Болото», «Кружилиха». | 1 |  |  |
|  | Игры с прыжками «Скакалка-подсекалка», «Придумай и покажи». | 1 |  |  |
|  | Игра с прыжками «Успей пробежать!». | 1 |  |  |
| **Игры-забавы (4 ч)** | | | | |
|  | Игры-забавы «Охота на тигра», «Донеси рыбку». | 1 |  |  |
|  | Игры-забавы «Черепаха-путешественница», «Собери орехи». | 1 |  |  |
|  | Игра-забава «Дриблинг». | 1 |  |  |
|  | Игры-забавы «Повяжу я шелковый платочек», «Пролезь сквозь мешок». | 1 |  |  |
| **Русские народные игры (4 ч)** | | | | |
|  | Русские народные игры «Дорожки», «Змейка». | 1 |  |  |
|  | Русские народные игры «Челночок», «Пустое место». | 1 |  |  |
|  | Русская народная игра «Филин и пташки». | 1 |  |  |
|  | Русская народная игра «Палочка–выручалочка». | 1 |  |  |
| **Игры для развития внимания (3 ч)** | | | | |
|  | Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». | 1 |  |  |
|  | Игры на внимание «Цветные флажки», «Путаница». | 1 |  |  |
|  | Игры на развитие внимания «По алфавиту», «Три, Тринадцать, Тридцать». | 1 |  |  |
| **Игры-эстафеты 3 ч)** | | | | |
|  | Игры-эстафеты «На болоте», «Не хуже чем кенгуру». | 1 |  |  |
|  | Игры-эстафеты «Сороконожки», «Нарисуй солнышко». | 1 |  |  |
|  | Игры-эстафеты «Поезд», «Гонка мячей под ногами». | 1 |  |  |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Картотека подвижных игр и игровых заданий учителя физической культуры / П.А. Кисилев. – М.: Учитель, 2018. – 136 с.
2. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / А. Степанова. - М.: Баласс, 2019. – 128 с.
3. Саляхиева, И.Р. «Подвижные игры разных народов». Методическая подборка [Электронный ресурс] / И.Р. Саляхиева. – Режим доступа: <http://gr10.dou5.caduk.ru/p37aa1.html>.
4. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы / В.К. Шурухина. - М.: Просвещение, 2020. – 107 с.
5. Чуносова, В.М. Сборник подвижных игр для 1-4 классов {Электронный ресурс] / В.М. Чуносова. – Режим доступа: <https://infourok.ru/sbornik-podvizhnih-igr-dlya-klassov-2565823.html>.