Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 20»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено:  Школьным методическим объединением  учителей начальных классов  Руководитель ШМО\_\_\_\_\_\_\_Кондратьева А.Н.  Протокол от 26.08.2021г №1. |  | Утверждено:  Приказом директора МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №20»  г. Черногорск  от 26.08.2021г № 69/1 |

**Рабочая программа**

курса внеурочной деятельности

**Подвижные игры на свежем воздухе, 1-4 класс**

название курса, класс

(спортивно-оздоровительное направление)

Срок реализации программы - 4 года

Рабочая программа по внеурочной деятельности является частью основной общеобразовательной программы начального общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №20» и состоит из следующих разделов:

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности;
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
3. Тематическое планирование.

**1 класс.**

**1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе»**

**Личностные результаты**

* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты  освоения курса внеурочной деятельности**

1. ***Регулятивные УУД:***

* планирование общей цели и пути её достижения;
* умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
* осуществление самоконтроля и взаимного контроля;
* оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение  необходимых коррективов;
* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
* учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленных задач;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников;
* 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.

***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.

***Коммуникативные УУД****:*

* взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество (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;
* 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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе» с указанием форм организации и видов деятельности.**

**Теоретический раздел:** беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо….», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

**Практический раздел** (Полный перечень игр дан в приложении)

Русские народные игры**:** «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке».

Хакасские народные игры: «Сохыр агас ойын» (игра в пеструю палочку), «Ээн ойын», «Медведь и пень», «Спрячь рукавицу», «Шелковый пояс».

Подвижные игры: «Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», « «Космонавты», «Зайцы в огороде».

**Игры на развитие памяти, внимания, воображения**

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», игры с использованием скороговорок, «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай, чей голосок»», «Определим игрушку».

**Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.** Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

**Спортивные праздники:** «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры».

**Формы организации внеурочной деятельности:** кружок

Виды внеурочной деятельности: наблюдения, прогулки, игры, спортивные соревнования. Используются такие **формы работы,** как беседа, игра, соревнования, спортивные праздники.

Форма организации: спортивный час. Основные виды деятельности: познавательная и игровая деятельность.

Содержание занятий включает в себя игровые элементы.

Внеурочная деятельность организована **по видам**:

⎯игровая;

⎯познавательная;

⎯спортивно-оздоровительная деятельность; **в форме** спортивного часа.

**3. Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** |
| 1. | Инструктажи |
|  | Игры с бегом |
|  | Игры с мячом |
|  | Игры малой подвижности |
|  | Зимние забавы |
|  | Игры с прыжками |
|  | Эстафеты |
|  | Народные игры |

**2 класс.**

**1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе»**

**Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

* 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  освоения курса внеурочной деятельности**

***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.  
  ***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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе» с указанием форм организации и видов деятельности.**

**Теоретический раздел:** беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо.», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

**Практический раздел** (Полный перечень игр дан в приложении)

Русские народные игры**:** «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке».

Хакасские народные игры: «Вокруг веревки», «Ікі ханат», «Пала туузах», «Перескочки», «Хозан орых», «Заячья тропа», Паг тудызах – «ДЕРЖАНИЕ ВЕРЁВКИ».

Подвижные игры: игра «Король», игра «Кегельбан», игра «Попади», игра «Кто дальше?»

**Игры на развитие памяти, внимания, воображения**

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», игры с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай, чей голосок»», «Определим игрушку».

**Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.** Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

**Спортивные праздники:** «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры».

**Форма организации внеурочной деятельности: спортивный час**

Основные виды внеурочной деятельности: познавательная и игровая деятельность, а именно: беседа, игра, соревнования, спортивные праздники.

Внеурочная деятельность организована **по видам**:

⎯игровая;

⎯познавательная;

⎯спортивно-оздоровительная деятельность; **в форме** спортивного часа.

**3. Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** |
| 1 | Инструктажи |
| 2 | Игры с бегом |
| 3 | Игры с мячом |
| 4 | Игры малой подвижности |
| 5 | Зимние забавы |
| 6 | Игры с прыжками |
| 7 | Эстафеты |
| 8 | Народные игры |

**3 класс**

**1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе»**

**Личностные результаты**:

* воспитание доброжелательного и заботливого отношения к одноклассникам на принципах взаимопомощи и сопереживания;
* умение учащихся 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:**

**Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- планировать цели и пути их достижения;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- конструктивно разрешать конфликты;

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

- 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;

- осуществлять взаимный контроль.

**Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, 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**:

- формулировать собственное мнение и позицию;

- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения;

- учиться выполнять различные роли в группе.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе» с указанием форм организации и видов деятельности.**

**1.Игры с мячом.**

Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**2.Игры с элементами бега»**

В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

**3.Игры с элементами прыжков**

В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие.

**4.Народные игры**

 Включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении.

Внеурочная деятельность организована **по видам**:

⎯игровая;

⎯познавательная;

⎯спортивно-оздоровительная деятельность; **в форме** спортивного часа.

**3. Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** |
| 1 | Инструктажи |
| 2 | Игры с мячом |
| 3 | Игры с бегом |
| 4 | Зимние забавы |
| 5 | Народные игры |
| 6 | Игры с прыжками |

**4 класс.**

**1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе»**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на свежем воздухе» 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.

**Метапредметные** результаты

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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры на свежем воздухе» с указанием форм организации и видов деятельности.**

**Игры с мячом.**

*Теория*. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

*Практические занятия:*

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Комплекс ОРУ с большими мячами. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Комплекс ОРУ с мячами.

Игра «Мяч в центре». Игра « Мяч через веревку». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Палочки - выручалочки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте»

**Игры с элементами бега.**

*Теория*. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

Комплекс ОРУ в движении. Комплекс ОРУ с предметами. Комплекс ОРУ на месте.

Игра «Хитрая лиса». Игра «Быстро возьми-быстро положи». Игра «Перемени предмет»

**Народные игры.**

*Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. Инструктаж по технике безопасности

*Практические занятия:*

Разучивание народных игр. Игра «Волк во рву». Игра «Хвостики». Игра «Воробьи и вороны», хакасская народная игра «Хозан азах», хакасская народная игра «Пакпа», хакасская народная игра «Бег на чурбанах», хакасская народная игра «Тобит».

**Зимние забавы.**

*Теория.* Инструктаж по технике безопасности

*Практические занятия:*

Игра «Укротитель диких зверей». Игра «В шляпе». Игра «Капитан, корабль, рифы». Игра «Переход пропасти»

**Игры с прыжками.**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по технике безопасности. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

Комплекс ОРУ. Комплекс ОРУ. Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Комплекс ОРУ.

Игра «Не намочи ноги». Игра «Стоп, машина». Игра «Тропинка - команда - кочки»

**Бессюжетные игры.** *Теория*. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Вороны и воробьи». Игра « Ловишки - перебежки». Игра

«Паровозик». Игра «Белые медведи». Игра «На одной ноге». Игра «Петушиный бой». Игра «Лошади». Игра «Веселый бег»

**Народные игры.**

*Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. Инструктаж по технике безопасности

*Практические занятия:*

Разучивание народных игр. Русская народная игра «Краски». Русская народная игра «Стадо». Таджикская народная игра «Горный козел». Украинская народная игра «Хлебец». Чеченская народная игра «Игра в башню». Дагестанская народная игра «Достань шапку».Бурятская народная игра «Волк и ягнята». Казахская народная игра «Конное состязание»

**Игры забавы.** *Теория*. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

Комплекс ОРУ на месте.Игра «Увернись от мяча».Игра «Сильный бросок».Игра «Космонавты»

Игра «Второй лишний». Игра «Шлепанки».Игра «Из круга выбивало». Веселые старты

Внеурочная деятельность организована **по видам**:

⎯игровая;

⎯познавательная;

⎯спортивно-оздоровительная деятельность; **в форме** спортивного часа.

**3. Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела** |
|  | Инструктажи |
|  | Игры с мячом |
|  | Игры с элементами бега |
|  | Народные игры |
|  | Зимние забавы |
|  | Игры с элементами прыжков |
|  | Бессюжетные игры |