

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
имени Героя Советского Союза П. И. Викулова  
Городского округа Сызрань Самарской области**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании мо классных  
руководителей

Протокол №1 от 30.08.2024 г.

**ПРОВЕРЕНО**

Заместитель директора по  
УВР ГБОУ лицей г.Сызрани

«30» августа 2024г.

\_\_\_\_\_/Полякова Н.Ю./

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор ГБОУ лицей г. Сызрани

\_\_\_\_\_/Лобачева Н.В./

Приказ №215

«30» августа 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности  
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»  
2-3 классы**

г. Сызрань 2024 год

Рабочая программа ГБОУ лицей г. Сызрани внеурочной деятельности «Подвижные игры» на уровне начального общего образования (2-3 классы) составлена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. № 373) к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, на основе Методического конструктора: Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Пособие для учителя/Д. В. Григорьев, П. В. Степанов.

Данная программа рассчитана:

2 класс — 34 часа

3 класс -34 часа

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 или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Цель** данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

**Основные задачи курса:** повысить уровень двигательной активности; способствовать физическому, психическому развитию детей; развивать активность и творчество учащихся, любознательность; вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Рабочая программа внеурочной деятельности разработана с учетом рабочей программы воспитания.

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения данная программа для 2—3 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

#### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты**

- 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;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

-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).

### **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Курс предусматривает задания, упражнения, игры на формирование двигательных, коммуникативных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания заниматься спортом, общению с другими людьми, интеллектуальными видами деятельности. В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, укрепляют физическое здоровье.

При проведении занятий определены два направления:

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

**-повышение двигательной активности учащихся.**

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся во внеурочное время.

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий по внеурочной деятельности.

**Теоретический раздел:** беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», «Я сильный, ловкий, быстрый», «Здоровый образ жизни и привычки человека», «Культура здорового образа жизни», «Что помогает нам быть здоровыми?», «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит», правила игр.

### **Практический раздел:**

**Подвижные игры:** Русские народные игры. Башкирские народные игры. Бурятские народные игры. Дагестанские народные игры. Кабардино-балкарские игры. Калмыцкие игры. Карельские народные игры. Игры народов Коми. Якутские народные игры. Удмурдские народные игры. Чечено-ингушские народные игры. Тувинские народные игры. Мордовские народные игры. Северо-осетинские народные игры. Чувашские народные игры. Игры народов Сибири и Дальнего востока. Марийские народные игры. Татарские народные игры. Игры на развитие памяти, внимания, воображения. Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем. 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, волейбол).

Коррекционно-профилактические игры игровые упражнения.

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры». Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **освоения курса внеурочной деятельности**

Программа учебного курса обеспечивает достижение выпускниками начальной школы комплекса личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### **Личностные универсальные учебные действия:**

- мотивационная основа на занятиях подвижных игр;
- учебно-познавательный интерес к занятиям подвижных игр.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности);
- планировать свои действия при игре;
- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- оценивать правильность выполнения двигательных действий.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- осуществлять анализ выполненных действий при игре;
- активно включаться в процесс выполнения заданий;
- выражать творческое отношение к выполнению заданий.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;
- участвовать в коллективном обсуждении.

#### **Формы занятий**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него и могут проводиться в форме кружков, секций.

#### **Формы подведения итогов**

- Участие в конкурсах различного уровня (школьного, муниципального, регионального, Всероссийского).
- Усвоение и запоминание учащимися предлагаемых игр, разучивание их со сверстниками, игры на переменах, в школьных и загородных лагерях.

### **2 класс - 34 часа**

1. Игры малой подвижности: развитие произвольности и координации движений, совершенствование слухового восприятия; развитие статической координации движений; развитие умения координировать речь и движение; развитие ловкости рук, точной координации движений.
2. Игры средней подвижности: развитие внимания, быстроты реакции, произвольности движений, точности броска; развитие скорости, точности и произвольности двигательных реакций; координации двигательных актов с товарищами; развитие дифференцированности движений, ориентировка в пространстве; развитие сообразительности, творческого воображения.
3. Игры большей подвижности: развитие навыков передвижения, быстроты реакции, произвольности и координации движений, внимания, чувства партнёрства; развитие навыков бега, смекалки.

4. Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения: профилактика и коррекция дефектов осанки, плоскостопия; поддержание ресурсов, которые помогают противостоять стрессовым ситуациям; повышение неспецифической устойчивости организма к воздействию окружающей среды, способствующей снижению заболеваемости.

### **3 класс - 34 часа**

1. Игры малой подвижности: развитие тактильного восприятия; тренировка слухового восприятия, быстроты реакции, координации и произвольности движений, скорости, точности и произвольности двигательных реакций, наблюдательности, ритмического чувства.

2. Игры средней подвижности: развитие внимания, быстроты реакции, сообразительности и творческого воображения, произвольности движений и двигательных реакций, точности броска; развитие координации двигательных актов с товарищами; развитие ориентировки в пространстве.

3. Игры большей подвижности: развитие быстроты реакции, произвольности движений, ловкости; воспитание организованности, внимательности.

4. Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения: профилактика и коррекция дефектов осанки, нарушений зрения, плоскостопия; нормализация нарушенной деятельности отдельных органов и функциональных систем, устранения недостатков в физическом развитии детей, оказание лечебно-оздоровительного влияния.