

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с.Онор
муниципального образования городской округ «Смирныховский»
Сахалинской области

Утверждена
приказом директора
от «21» августа 2023 г. № 180
Т.Н. Сковородко

Рабочая программа
кружка
«Подвижные игры»
для обучающихся 3 класса

Ожидаемые результаты:

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» 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.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

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.

Обучающиеся должны

знать:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры .

Содержание программы

Введение (1ч)

Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (2ч)

Комплекс упражнений утренней гимнастики.

Личная гигиена (2ч)

Правила личной гигиены.

Профилактика травматизма (3ч)

Нарушение осанки (1ч)

Упражнения для укрепления осанки.

Русские народные игры и забавы (25ч)

«Щука»
 «Водяной»
 «Третий лишний»
 «На золотом крыльце сидели...»
 «Кандалы»
 «Ворота»
 «Слон»
 «Козел»
 «Лягушки и цапля»
 «Волк во рву»
 «Прыгуны»
 «Лошади»
 «Птички и клетка»
 «Северный и южный ветер»
 «Бой петухов»
 «Караси и щука»
 «Лиса в курятнике»
 «Река и ров»
 «Горячая картошка»
 «Заяц без логова»
 «Подвижная цель»
 «Бредень»
 «Заколдованный замок»
 «Али - баба»
 «Два Мороза»

Тематическое планирование (34 часа)

№	Тема занятия	Количество часов
1	Правила техники безопасности.	1
2	Здоровый образ жизни	1
3	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1
4	Личная гигиена	1
5	Профилактика травматизма	1
6	Нарушение осанки	1
7	«Снайпер».	1
8	«Снайпер».	1
9	«Юный футболист».	1
10	«Щука»	1
11	«Водяной»	1
12	«Третий лишний»	1
13	«На золотом крыльце сидели...»	1
14	«Кандалы»	1
15	«Ворота»	1
16	«Слон»	1
17	«Козел»	1

18	«Лягушки и цапля»	1
19	«Волк во рву»	1
20	«Прыгуны»	1
21	«Лошади»	1
22	Профилактика травматизма	1
23	«Птички и клетка»	1
24	«Северный и южный ветер»	1
25	«Бой петухов»	1
26	«Караси и щука»	1
27	«Лиса в курятнике»	1
28	«Река и ров»	1
29	«Горячая картошка»	1
30	Профилактика травматизма	1
31	«Заяц без логова»	1
32	«Заколдованный замок»	1
33	«Али - баба»	1
34	Два мороза	1