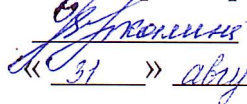


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа «Рязанские сады» муниципального образования –
Старожиловский муниципальный район Рязанской области.

«Согласовано».

Зам. директора по ВР

 Н.В. Черкалина
«31» августа 2023 г.

«Утверждаю»

Директор школы

 М.М. Комарова
Приказ № 49/3 от «31» августа 2023 г.



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности**

Наименование программы: «Подвижные игры»

Класс: 3

Ф.И.О. педагога-разработчика программы: Л. В. Лопатина

Педагогический стаж: 28 лет

Квалификация: I категория

2023-2024 учебный год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 3 класса составлена на основе авторской программы по внеурочной деятельности «Физическая культура 1-4 классы»./В.И. Ляха.– М.: «Просвещение», 2013. Авторская программа содержит следующие разделы: пояснительную записку, общую характеристику курса, место курса в учебном плане, ценностные ориентиры содержания курса, личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса; планируемые результаты освоения курса, содержание курса, тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы.

Программа по курсу «Подвижные игры» для 3 классов В.И. Ляха рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

Цель программы

Воспитывать характер, волю, развивать нравственные чувства, интерес к народному творчеству; развивать ловкость, быстроту, выносливость.

Задачи:

- повышать двигательную активность младших школьников;
- формировать систему организации подвижных народных игр развивающего и воспитывающего характера;
- воспитывать у учащихся стремление больше знать о своей Родине;
- развивать творческий подход к проведению русских народных игр;
- воспитывать активность у детей, чувство взаимопонимания, поддержки.

Актуальность программы:

1. Формирование навыков по организации активного и здорового досуга;
2. Воспитание нравственных качеств, таких как чувство долга, ответственности, коллективизма и товарищества, взаимовыручки и поддержки, честности и правдивости;
3. Развитие волевых качеств, таких как смелость, решительность, инициативность, целеустремленность и выдержка;
4. Привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
5. Содействовать эстетическому воспитанию учащихся.

Место курса в учебном плане

Согласно региональному базисному учебному плану для общеобразовательных учреждений на изучение курса «Подвижные игры» в 3 классе выделяется 34 ч. (1 ч. в неделю, 34 учебных недели).

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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 учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

- 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.

Предметные результаты

освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

- 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.

В результате изучения курса ученик **научится:**

- выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на занятиях внеурочной деятельности;
- составлять и выполнять режим дня;
- соблюдать правила гигиены, правила закаливания, приёма пищи и соблюдения питьевого режима;
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- играть в подвижные игры-эстафеты, игры с мячом, с прыжками, с бегом;
- демонстрировать уровень физической подготовленности;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять разминки в движении, на месте, с обручами, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом;
- выполнять комплексы утренней зарядки.

Ученик получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

3. Содержание курса внеурочной деятельности

Игры с бегом (5ч.)

Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. развитие ориентации в пространстве, формирование чувства ритма. Развитие групповых взаимодействий, быстроты реакции, координации. Развитие и совершенствования навыка командных действий.

Игры с мячом (5ч.)

Развитие координационных способностей. Общеразвивающие упражнения с мячом, обручем. Игры на развитие координационных способностей

Игры с прыжками (5 ч.)

Развитие координационных способностей. Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Игры на развитие координационных способностей.

Зимние забавы (5 ч.)

Развитие быстроты, скоростно-силовых качеств. развитие ориентации в пространстве, формирование чувства ритма. Развитие групповых взаимодействий, быстроты реакции, координации. Развитие и совершенствования навыка командных действий.

Кто сильнее? (5ч.)

Развитие силовых качеств, выносливости, координации движений, глазомера, быстроты реакции, силы удара, находчивости.

Игры-аттракционы (5 ч.)

Развитие быстроты, ловкости, смекалки, находчивости, чувства коллективизма, ответственности за себя и команду, умения согласованно действовать в команде. Формирование умений играть в подвижные игры с разными предметами.

Игры-эстафеты (4 ч.)

Развитие ловкости, быстроты и точности движений, выносливости. Развитие чувства коллективизма, ответственности за себя и команду, умения согласованно действовать в команде.

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности ученика	Дата проведения урока	
			планируемая	фактическая
1. Игры с бегом (5 ч.)				
1	1. Инструктаж по технике безопасности. Игры «Филин и пташки», «Круговые пятнашки».	<i>Познакомятся</i> с правилами на занятиях внеурочной деятельности «Подвижные игры», правилами безопасного поведения во время занятий на спортивной площадке и спортивном зале; правилами безопасной игры с бегом. <i>Узнают</i> правила игр с бегом, научатся в них играть, используя знания о технике бега, полученные на уроках физической культуры. <i>Будут развивать</i> быстроту, выносливость, смекалку.	05.09	
2	2.Игра «Палочки – выручалочки».		12.09	
3	3.Игра «Много троих, хватит двоих».		19.09	
4	4.Игра «Шишки, жёлуди, орехи».		26.09	
5	5.Игры «Дай руку», «Перебежки в парах».		03.10	
2. Игры с мячом (5 ч.)				
6	1. Игра «Летучий мяч».	<i>Повторяют</i> правила техники безопасности при игре с мячом, правилами безопасного поведения	10.10	
7	2. Игра «Гонка мячей».		17.10	
8	3. Игра «Попади в		24.10	

	цель».	во время занятий на спортивной площадке и спортивном зале.		
9	4. Игры «Стой!», «Пушбол».	<i>Научатся</i> играть в подвижные игры с мячом, проявлять смекалку, находчивость для выполнения заданий.	14.11	
10	5. Игры «Мяч – соседу», «С двумя мячами навстречу».	<i>Будут развивать</i> координацию движений, ловкость, умение играть с мячом (бросать, ловить, подбрасывать, вести в движении и стоя на месте, давать пас).	21.11	
3. Игры с прыжками (5 ч.)				
11	1. Игра «Кружилиха».	<i>Повторят</i> правила техники безопасности при игре с прыжками,	28.11	
12	2. Игра «Скакалка-подсекалка».	правилами безопасного поведения во время занятий на спортивной площадке и спортивном зале.	05.12	
13	3. Игра «Придумай и покажи».	<i>Научатся</i> играть в подвижные игры с прыжками, проявлять сноровку, развивать силу, ловкость,	12.12	
14	4. Игра «Успей пробежать!»	скоростно-силовые качества.	19.11	
15	5. Игра «Под скакалкой на месте».	<i>Будут совершенствовать</i> технику прыжков в длину и в высоту, координацию движений, ловкость, проявлять умение в разнообразных способах решения задачи.	26.12	
4. Зимние забавы (5ч)				
16	1. Игра «Снежный тир».	<i>Повторят</i> , как нужно закаляться в зимнее время года; как правильно одеться зимой для занятий спортом;	16.01	
17	2. Игра «На санках с пересадкой».	технику безопасности во время занятий на спортивной площадке зимой.	23.01	
18	3. Игра «Строим крепость».	<i>Научатся</i> играть в подвижные игры на лыжах и санках, с лыжными палками и без них;	30.01	
19	4. Игра «Осада снежной крепости».	организовывать и проводить подвижные игры, договариваясь о распределении ролей и совместной деятельности.	06.02	
20	5. Игра «Лепим снеговика».	<i>Будут развивать</i> выносливость, ловкость, смелость во время подвижных игр; творчество и смекалку при лепке фигур из снега; глазомер и меткость во время игр №«Снежный тир», «Осада снежной крепости», «Пионерский биатлон»	13.02	
5. Кто сильнее? (5 ч)				
22	1. Игры «Бой петухов», «Третий лишний с сопротивлением».	<i>Научатся</i> играть в игры, требующие развития быстроты двигательной реакции, отработки	20.02	

22	2. Игра «Сильная хватка».	силового удара для подач в игровой обстановке. Повторят правила техники безопасности в спортивном зале и на спортивной площадке с использованием спортивного инвентаря. Будут совершенствовать ловкость, координацию движений, развитие силовой выносливости, быстроты реакции.	27.02	
23	3. Игра «Борьба за палку», «Скачки»		05.03	
24	4. Игра «Выталкивание в приседе».		12.03	
25	5. Игры «Тяни в круг», «Слон».		19.03	
6. Игры-аттракционы (5 ч.)				
26	1. Игра «Неуловимый шнур».	Узнают , как применить простые предметы обихода (пластиковую бутылку, коробки разных размеров, нитки, катушки и др.) в подвижных играх Научатся играть в игры-аттракционы, которые способствуют развитию хорошего настроения, выходу энергии, развитию координации движения. Приобретут необходимые двигательные навыки во время игр с различными предметами.	09.04	
27	2. Игра «Вокруг стульев».		16.04	
28	3. Игра «Вернись в круг».		23.04	
29	4. Игра «Проворные мотальщики».		30.04	
30	5. Игра «Быстрые пальцы».		07.05	
7. Игры эстафеты (4 ч.)				
31	1. Эстафета с передачей мяча.	Повторят правила проведения эстафет, правила передачи эстафетной палочки. Научатся преодолевать препятствия, развивать ловкость, скорость и четкость движений, сообразительность, выдумку. Научатся взаимодействовать в команде, понимать личную ответственность за вклад в общую победу. Приобретут необходимые двигательные навыки для выполнения заданий эстафет.	14.05	
32	2. Весёлая эстафета с воздушными шарами.		21.05	
33	3. Встречная эстафета.		28.05	
34	Резерв			