

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №15 города Тюмени

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
учителей начальных классов
Протокол от 30.08.2023 №1
Руководитель МО

 / Е. В. Жиделева

СОГЛАСОВАНО

Заведующий учебной частью
30.08.2023

 / И.Н.Велижанина

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МАОУ СОШ
№15 города Тюмени от 01.09.2023 №
18-п



И. В. Носова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по платным дополнительным образовательным услугам

«Подвижные игры»

1-4 классы

Срок реализации: период обучения

Авторы программы: Соколов А.Н., учитель физической культуры
Колчанов А.Д., учитель физической культуры

2023 – 2024 учебный год

Содержание

1. Аннотация	Ошибка! Закладка не определена.
2. Планируемые результаты освоения дополнительных образовательных услуг.....	4
3. Содержание курса дополнительных образовательных услуг.....	4
4. Тематическое планирование, в том числе с содержанием курса формирования функциональной грамотности	5

Аннотация

Подвижные игры обладают важным достоинством: играющие в зависимости от уровня физической подготовки сами регулируют интенсивность нагрузок, выбирая моменты для отдыха. Любая игра, применяемая в процессе воспитания детей, не должна оказывать отрицательного влияния на их здоровье

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Дети научатся:

Активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Планируемые результаты освоения курса дополнительных образовательных услуг

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения; - младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Содержание курса

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, получении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

Народные подвижные игры, имеющие многовековую историю, всегда были очень важны при воспитании, так как способствовали максимальному развитию у детей разнообразных двигательных навыков и умений, сноровки, необходимых во всех видах деятельности.

Содержание рабочей программы соответствует:

- российским традициям, культурно-национальным особенностям Тюменской области;
- уровню начального общего образования;
- физкультурно- спортивной, военно- патриотической, спортивно- технической направленности,

требованиям к программам спортивной направленности;

современным образовательным технологиям, которые отражены в: принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);

формах, методах обучения (конкурсах, соревнованиях, экскурсиях, фестивали).

Содержание рабочей программы направлено на:

профилактику асоциального поведения;

укрепление психического и физического здоровья.

создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, ее интеграции в систему мировой и отечественной культур;

интеллектуальное и духовное развитие личности ребенка;

создание условий для развития личности ребенка;

развитие мотивации личности к познанию и творчеству;

обеспечение эмоционального благополучия ребенка;

приобщение обучающихся к общечеловеческим ценностям;

Данный курс рассчитан на 68 часов и содержит задачи довольно разнообразные по содержанию, и по форме, и по учебно-воспитательной функции.

Тематическое планирование.

Тема занятия	Ко л-во часов	Содержание деятельности
Правила поведения в физкультурном зале Игра на внимание «Светофор»	1	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.
Игры с бегом на внимание «Веселая игра с колокольчиками»,	1	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.
Комплекс утренней гигиенической гимнастики. «Замри».	1	Правила игры. Проведение игры.
Стойка на носках, на одной ноге, ходьба по гимнастической скамейке. Игра «Слушай хлопки».	1	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.
Комбинация общеразвивающих упражнений различной координационной сложности. Игры.	1	Правила игры. Проведение игры.
«Веселые старты» с мячом. Гимнастические упражнения: лазание	1	Игры эстафеты.

	Эстафета с мячом.	1	Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.
	Игры с мячом: ловля, бросок, передача	1	Правила игры. Проведение игры.
	Беседа о правильном режиме дня. Игра «Давайте поздравимся»	1	Беседа.Проведение игры.
0	Игра «Король сказок» . Ловля, бросок, передача мяча	1	Правила игры.Проведение игры.
1	Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Расставь посты»	1	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с
2	Ловля, бросок, передача мяча. Эстафета с мячом	1	Проведение эстафеты.
3	Прыжки через скакалку. Игра «Попрыгунчики»	1	Презентация физкультминуток
4	«Слушай команду»	1	Знакомство с правилами и проведение игр.
5	Игра «Лягушки» . Переноска и надевание лыж	1	Проведение игры.
6	Игры на развитие восприятия. Веселые старты со скакалкой.	1	Правила игры. Проведение игры.
7	«Здоровым быть – здорово!» Игры со скакалкой, обручем.	1	Подвижные игры.
	Прогулка на свежем воздухе. Игры на свежем	1	Разучивание и проведение игр.

8	воздухе		Метание снежков в цель.
9	Игра « Зеваки », Как закаляться. Обтирание. Обливание	1	Проведение спортивной викторины.
0	Игра с мячом « Сиамские близнецы »	1	Правила игры. Проведение игры.
1	Метание снежков в цель	1	Правила игры. Проведение игры.
2	«Веселые старты»	1	Веселые старты.
3	Зимние русские народные игры	1	Подвижные игры на свежем воздухе.
4	Бросок и ловля теннисного мяча. Эстафета с теннисным мячом	1	Правила игры. Проведение игры.
5	Комплекс ОРУ со скакалкой. Игра « Передай мяч »	1	Совершенствование координации движений. Игры с мячом: ловля, бросок, передача.
6	Игра на внимание «Запрещенное движение»	1	Правила поведения [беседа]. Игры на внимание.
7	Бег. Беговые упражнения. Игра « Попади в цель »	1	Правила игры , проведение игры.
8	Дыхательные упражнения в сочетании с приседаниями . Подвижные игры.	1	Подвижные игры.
9	Игра на внимание, ловкость: «Белки, орехи, шишки.».		Игры на внимание.

0	Игры « Броуновское движение »,	1	Подвижные игры, викторина.
1	Подвижные игры на свежем воздухе по выбору	1	Игры, эстафеты, Весёлые физкультминутки.
2	Игры Эстафета с бегом на скорость	1	Подвижные игры.
3	Упражнения игры, на внимание	1	Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».
4	Подражательные игры: « Час тишины и час «можно» »	1	Подвижные игры.
5	Игра «Гном, как тебя зовут»	1	Подвижная игра на развитие внимания, памяти
6	Игра «Водяной»	1	Подвижная игра на развитие воображения, сплоченности коллектива.
7	Игра «Разговор с руками»	1	Игра на развитие сплоченности коллектива.
8	Игра «Говори»	1	Развиваем двигательную активность, умение передавать движение птиц.
9	Соревнование скороходов	1	Развитие внимания, умение правильно выполнять правила игры
	Игра « Менялки »	1	Совершенствование навыков

0			бега и прыжков в длину
1	Игра «Гвалт»	1	Развитие ориентировки, сообразительности
2	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
3	Эстафета с мячами	1	Развивать умение вести мяч, передавать его другому игроку
4	игра «Ласковые лапки»	1	Совершенствование быстроты реакции, развивается музыкальный слух, ритмичность движений
5	игра «Кричалки-шепталки-молчалки»	1	Развивать умение бесшумно подходить, наблюдательность
6	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
7	Эстафета зверей	1	Развивать двигательную активность, умение передавать движения животных
8	игра «Найди отличие!»	1	Закрепление навыков ловли и метания малого мяча, воспитание быстроты реакции, ориентировки, умения быстро переключаться с одного действия на другое
9	Игра «Веселые музыканты»	1	Развивать чувство ритма
	игра «Художник»	1	Развивать умение передавать

0			движения животных
1	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
2	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
3	Эстафета со скакалками	1	Развивать умение выполнять упражнение со скакалками
4	Игра «Все помню»	1	Совершенствование навыков бега, умение играть группой
5	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
6	игра «Вышибалы»	1	Совершенствование быстроты реакции
7	игра «Зайцы!»	1	Закрепление навыков ловли и метания малого мяча, воспитание быстроты реакции, ориентировки, умения быстро переключаться с одного действия на другое
8	Эстафета со скакалками	1	Развивать умение выполнять упражнение со скакалками
9	игра «Воробьи и вороны»	1	Развивать способность концентрировать внимание на определенном сигнале
0	Повторение изученных игр	1	Развивать умение приходить к единому мнению.

1	Эстафета «Кенгуру»	1	Совершенствование навыков бега и прыжков в длину
2	игра «Растеряхи»	1	Развивать внимание, быстроту реакции; совершенствование навыков бега
3	игра «Медведь»	1	Развивать двигательную активность, умение сотрудничать
4	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
5	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
6	Игры по выбору учащихся	1	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству.
	ИТОГО	66 часов	