

«Утверждена»  
распоряжение № 41 от  
«\_02\_» сентября 2020 г.

«Принята»  
Педагогическим советом  
общеобразовательной школы  
при Посольстве России в Польше  
Протокол №1 от 01.09.2020 г.

**Специализированное структурное образовательное подразделение  
общеобразовательная школа при Посольстве России в Польше**

**Рабочая программа  
на 2020-2021 учебный год  
курса внеурочной деятельности  
в 2-4 классе(ах)  
«Подвижные игры»**  
Название курса

**Программа рассчитана на 34 часов в год,  
1 часа в неделю.**

г. Варшава, 2020

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Человеческая личность – это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека.

Подвижные игры - важнейшее средство и метод физического воспитания детей, особенно начальных классов. Игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик. Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным играм и спортивным развлечениям, ежедневному занятию ими.

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников через специально организованную двигательную активность ребенка.

Программа «Подвижные игры» рассчитана на 1 час в неделю – 34 часа в год.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- ✓ укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- ✓ обучить умению работать индивидуально и в группе,
- ✓ развить природные задатки и способности детей;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- ✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Личностные, метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры народов мира» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со

- сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

#### Личностные результаты

Учащиеся должны:

- 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

Учащиеся должны:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

### **Форма занятий**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

## **3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Бессюжетные игры (12ч.)**

Данные игры типа ловушек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании.

*«Шандер», «Выбивалы», Перестрелка», «Два Мороза», «Третий лишний», «Ноги выше от земли», «Меткие стрелки», «Светофор», «Ворона и воробьи», «Охотники и утки»,*

*«Шишки, желуди, орехи», «Чай, чай-выручай», «Снайперы», «Защитить укрепления», «Мяч капитану», «33».*

### **Игры-забавы (3ч.)**

В работе с детьми используются игры-забавы, аттракционы. Не будучи особо важными для физического развития, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания в этих играх выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

Это веселое зрелище, развлечение для детей, доставляющие им радость, но и требующие от участников двигательных умений, ловкости, сноровки.

*«Жмурки», «Чей голосок», Хвост дракона», «День, ночь», «Паутина».*

### **Народные игры (4ч.)**

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей.

*«Горелки», «Краски», «Совушка», «Кот и мыши», «Петушиные бои».*

### **Спортивные игры (10ч.)**

Спортивные игры способствуют развитию таких качеств как логика, смекалка, командное взаимодействие, быстрое реагирование на сложившуюся ситуацию. Кроме того, в спортивных играх помимо общей физической подготовки и технической стороны обязательно должна присутствовать теоретическая и тактическая подготовка.

*«Пионербол», «Ланта».*

### **Эстафеты (5ч.)**

Эстафеты способствуют развитию скоростных качеств учащихся, прививают навыки поведения и умения выполнять игровые действия в составе команды с максимальной точностью и быстротой.

## **4. Тематическое планирование 3 класс**

№	Содержание	Дата проведения	
		По плану	По факту
1	«Штандер», «Два Мороза», круговая эстафета.	07.09.2020	
2	«Кот и мыши», «Паутина», «Перестрелка»	14.09.2020	
3	Эстафета с мячом, «Пионербол»	21.09.2020	
4	«Краски», «Ноги выше от земли», «Жмурки»	28.09.2020	
5	«Шишки, желуди, орехи», «Чай чай-выручай»	05.10.2020	

6	«Хвост дракона», «День, ночь», «Лапта»	12.10.2020	
7	Встречная эстафета, «Снайперы», «Горелки»	19.10.2020	
8	«Козлята и волк», «Пионербол»	02.11.2020	
9	«Выбивалы», «Ворона и воробьи», «Чей голосок»	09.11.2020	
10	«Лапта», «Меткие стрелки», «Кот и мыши»	16.11.2020	
11	Эстафета с обручами, «Пионербол»	23.11.2020	
12	«Два медведя», «Охотники и утки», «Штандер»	30.11.2020	
13	«Третий лишний», «Совушка», «День, ночь»	07.12.2020	
14	«Петушиные бои», «Пионербол»	14.12.2020	
15	Эстафета «Быстрые и ловкие», «Жмурки»	21.12.2020	
16	«Перестрелка», «Горелки», «Паутина»		
17	«День, ночь», «Лапта», «Хвост дракона»,		
18	«Чай чай-выручай», «Шишки, желуди, орехи»		
19	«Ноги выше от земли», «Ворона и воробьи»		
20	Эстафета со скакалками, «Пионербол»		
21	«Кот и мыши», «Петушиные бои», «Снайперы»		
22	«33», эстафета «Вызов номера», «Штандер»		
23	«Перестрелка», «Краски», «Светофор»		
24	«Пионербол», «Горелки», «Жмурки»		
25	«Охотники и утки», «Два медведя», «Лапта»		
26	«Чай чай-выручай», Встречная эстафета		
27	«Снайперы», «Шишки, желуди, орехи»,		
28	«Козлята и волк», «Два Мороза», «Паутина»		
29	«Защита укрепления», «Мяч капитану»,		
30	«Перебежки», «Пионербол», «Совушка»		
31	«Выбивалы», «Чей голосок», «Ворона и воробьи»		

32	«Меткие стрелки», «33», «Лапта»		
33	Круговая эстафета, «Пионербол», «Хвост дракона»		
34	Игры по выбору учащихся		