Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа поселка свх. Агроном»

Лебедянского муниципального района Липецкой области

**Приложение к рабочей программе ОП НОО (ФГОС)**

**Рабочая программа**

**по элективному курсу**

**«Мир подвижных игр»**

**3 класс**

**Срок реализации 1 год**

Составлена учителем начальных классов

Сотниковой Натальей Николаевной

2024 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного курса «Мир подвижных игр» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, в соответствии с Положением о рабочей программе учителя, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт.

Программа учебного курса по спортивно-оздоровительному направлению «Мир подвижных игр» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.   Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьёвками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

**Цель программы**- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

-становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;

-формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

-духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;

-укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Мир подвижных игр» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. На реализацию курса отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 34 часа. Срок реализации программы: 1 год

**Содержание курса**

**Игры с бегом (5 часов)**

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»

Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

**Игры с мячом (5 часов)**

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»

Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

**Игры с прыжками (5 часов)**

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».

Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».

Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».

Комплекс ОРУ. Игра «Салка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

**Игры малой подвижности (6 часов)**

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

**Зимние забавы (3 часа)**

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Игра «Меткой стрелок».

**Эстафеты (6 часов)**

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

**Народные игры (4 часа)**

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра **"**Горелки".

Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»

Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»

Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

**Планируемые результаты освоения курса**

**Личностными результатами** программы по спортивно-оздоровительному направлению «Мир подвижных игр» 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 совладанияи умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;

-освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными** результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий :

**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.

**Оздоровительные результаты программы :**

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

-двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

-развитие физических способностей;

-освоение правил здорового и безопасного образа жизни;

-развитие психических и нравственных качеств;

-повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

-организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;

-взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Тематическое планирование**

**3 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ П/П** | **Наименование раздела** | **Тема занятия** | **Кол-во**  **часов** | **Электронные  (цифровые) образовательные ресурсы** |
|  | **Игры с бегом**  **5 часов** | ТБ. Игра «Челнок». | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра «Змейка». | 1 |
|  | Игра «Филин и пташки» | 1 |
|  | Игра «Круговые пятнашки» | 1 |
|  | Игра «Много троих, хватит двоих» | 1 |  |
|  |  |
|  | **Игры с мячом    5 часов** | Игра «Свечи ставить» | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра «Мячик кверху». | 1 |
|  | Игра «Летучий мяч». | 1 |
|  | Игра «Защищай город». | 1 |
|  | Игра «Попади в цель». | 1 |
|  | **Игры с прыжками 5 часов** | Игра «Дедушка – рожок». | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра «Воробушки и кот». | 1 |
|  | Игра «Переселение лягушек». | 1 |
|  | Игра «Борьба за прыжки». | 1 |
|  | Игра «Кто первый?». | 1 |
|  | **Игры малой подвижности**  **6 часов** | Игра «Перемена мест». | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра «Запрещенное движение». | 1 |
|  | Игра « Море волнуется». | 1 |
|  | Игра «Колечко». | 1 |
|  | Игра «Краски». | 1 |
|  | Игра «Перемена мест» | 1 |
|  | **Зимние забавы 3 часа** | Игра «Строим крепость». | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра «Меткий стрелок». | 1 |
|  | Игра «Лепим снеговика». | 1 |
|  | **Эстафеты   6 часов** | Эстафеты «Передал – садись» | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра «Скакалка под ногами». | 1 |
|  | Эстафета «Вызов номеров». | 1 |
|  |  |  |
|  |  | Эстафета «Челночный бег», «По цепочке». | 1 |  |
|  | Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать». | 1 |
|  | Эстафета «Кати большой мяч впереди себя». | 1 |
|  | **Народные игры   4 часа** | Игра «Гуси - лебеди» | 1 | Физкульт.Ура  <https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game> |
|  | Игра **"**Горелки". | 1 |
|  | Игра «Мотальщицы» | 1 |
|  | Игра "Мишени". | 1 |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

• Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»‌​

Физическая культура - 1 класс - Российская электронная школа (resh.edu.ru)  
 <https://www.gto.ru>

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

«Физическая культура в школе» книга для педагога,

Ю.А. Янсон; Ростов н/Д: «Феникс», 2004г

«Подвижные игры. Практический материал», Л.В.

Былеева, И.М. Коротков, Р.В. Климкова, Е.В.

Кузьмичева; М.: СпортАкадемПресс, 2022г.

«500 игр и эстафет», В.В. Кузин, С.А. Полиевский, А.Н. Глейберман, И.П. Залетаев, И.М. Борисов; М.: Физкультура и спорт, 2000г.

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<http://spo.1september.ru/>1 сентября журнал «Спорт в школе»

<http://zdd.1september.ru/>1 сентября журнал

«Здоровье детей»

<https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game>