

Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Мир игр»
(предметной области физическая культура
для 1 классов
МБОУ-СОШ №20 г. Орла)

Орел, 2024г.

Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

Цель программы:

удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества, приобщать к культурным традициям русского народа, народов мира.

Основными задачами данного курса являются:

укрепление здоровья школьников 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.

Содержание программы

Модуль " Мир игр" входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В модуль вошли народные игры, распространенные в

России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Ценностными ориентирами являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действий,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.

Изучение правил техники безопасности и этических норм при проведении спортивных мероприятий. Основные требования к занимающимся: регулярность, заинтересованность, наличие спортивной формы. Техника безопасности: правила поведения во время спортивных занятий, техника безопасности при занятиях со спортивными снарядами, предметами. Правила поведения в коллективных спортивных мероприятиях: честность, взаимоподдержка, взаимопомощь.

Рольевые игры. Отражают явления и процессы, которые дети наблюдают или о которых слышат от старших. В этих играх каждый ребенок берет себе определенную роль и изображает соответствующую деятельность. Иногда сюжет игры бывает заранее намечен, события и действия разворачиваются в определенном плане (сюжетные игры). Учащиеся 1 класса еще продолжают интересоваться играми с песнями и хороводами, им нравятся ритмические игры, игры с подражаниями движениям и крикам животных.

Подвижные игры. Через занятия по фольклору дети знакомятся с играми русского народа и играми народов мира. Во многих проводится борьба за личное первенство или первенство коллектива.

Эти игры совершенствуют координацию, развивают силу и ловкость, улучшают работу внутренних органов (дыхания, кровообращения), укрепляют здоровье детей. Кроме физических качеств, они развивают такие свойства личности, как смелость, выдержка, настойчивость. Они очень полезны для здоровья.

Место в учебном плане

Программа рассчитана на 16 часов. Продолжительность занятия 40 минут. 1 класс: 1 четверть- 8 часов (1 раз в неделю), 2 четверть – 8 часов (1 раз в неделю). Содержание отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Планируемый результат:

Личностные результаты:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

Предметные результаты:

- у выпускника начальной школы выработается 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.
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам и соревнованиям

Тематическое планирование (1 класс)

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<i>1 класс</i>		<i>16</i>	
1	Народные игры	4	https://resh.edu.ru
2	Игры на развитие психических процессов	4	https://resh.edu.ru
3	Подвижные игры	4	https://resh.edu.ru
4.	Спортивные игры	4	https://resh.edu.ru

Мир игр

1 класс (16 часа)

1. Народные игры. Русская народная игра «У медведя во бору», «Филлин и пташка», «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч», «Зарница». Правила игры. Выбор и ограничение игрового пространства. Разучивание игры. Проведение игры. Эстафета.

2. Игры на развитие психических процессов .

Игры на развитие восприятия. Знакомство с правилами и проведение игр «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра».

Упражнения и игры на внимание. Упражнение «Ладонь – кулак», игры «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».

Игры на развитие памяти. Игры «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».

Игры на развитие воображения. Игры «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».

Игры на развитие мышления и речи. Игры «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку».

Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка. Игры «Баба Яга», «Три характера».

3. Подвижные игры.

Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз». Игра с мячом «Охотники и утки». Весёлые старты с мячом. Игра «Волк во рву». Весёлые старты со скакалкой. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки». Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель». Игра «Белки, волки, лисы». Игра «Совушка», «Перемена мест», «Удочка», «Салки с мячом», «Прыгай через ров». Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.

4. Спортивные игры.

Футбол, Баскетбол. Спортивный праздник. Разучивание правил игры. Отработка игровых приемов. Броски в корзину. Игра. Эстафета. Веселые минутки.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования – приказ Министерства образования и науки РФ от 06.2009 г.

«Методические рекомендации по аттестационной и аккредитационной оценке воспитательной деятельности ОУ, реализующих общеобразовательные программы различного уровня и направленности» - письмо МО РФ от 15.10.2003 г.

Горский В.А. под ред. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование. М. Просвещение, 2013 г.

Симоненко В. Д. Технология. Программа начального и основного общего образования. - М.: Вентана-Граф, 2008 г.

Кузьмичева Е. В., «Подвижные игры для детей младшего школьного возраста. Учебное пособие»

Кузьмичева Е. В., «Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста. Учебное пособие»