

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 61  
(МАОУ СОШ № 61)

Рассмотрена и одобрена  
на заседании  
Педагогического совета  
протокол от «30» «августа» 2023г. № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Врио директора МАОУ СОШ №61  
\_\_\_\_\_ Гуськова Т.И.  
Введено в действие приказом  
от «31» августа 2023г. №43-д

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»

для \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_ класс(а)ов

Учитель (группа учителей):  
\_\_\_\_\_ учителя физической культуры

2023г.  
г. Узловая

### **Пояснительная записка.**

Программа разработана на основании федеральной образовательной программы, в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учетом рекомендаций федеральной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на физическое, но и на нравственное развитие ребенка.

Внедрение курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» обусловлено необходимостью вовлечения обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, привитию здорового образа жизни, повышению двигательной активности.

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.

По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития.

Рабочая программа курса рассчитана – 34 учебных часа в год из расчета 1 час в неделю.

Срок реализации программы – 1 год.

Возраст детей: программа составлена для обучающихся 5 классов.

Формы и режим внеурочного занятия: групповые занятия, ведущий вид деятельности – игра, длительность занятия – 45 минут.

Цель курса

- Создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение подвижным играм.

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».**

## **Личностные результаты**

### Гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

### Патриотического воспитания:

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга.

### Духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;

активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

### Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

соблюдение правил безопасности;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

### Трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач

## **Метапредметные результаты**

отражают:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения; учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей; оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

выявлять и анализировать причины эмоций;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;  
регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;  
признавать свое право на ошибку и такое же право другого;  
принимать себя и других, не осуждая;  
открытость себе и другим;  
осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

**Предметные результаты**

- 1) формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;
- 2) умение планировать самостоятельные занятия физической культурой;
- 3) владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» с указанием форм организации.**

<b>Содержание курса внеурочной деятельности</b>	<b>Форма организации</b>
<p><b>Теоретический материал</b></p> <p>Краткий обзор русских народных игр, башкирских народных игр, бурятских народных игр, дагестанских народных игр, карельских народных игр, игр народов коми, мордовских народных игр, осетинских народных игр, татарских народных игр, тувинских народных игр, удмуртских народных игр, чечено-ингушских народных игр, чувашских народных игр, якутских народных игр, игр народов Сибири и Дальнего Востока. История их возникновения.</p> <p>Правила безопасности. Гигиена мест занятий. Причины травм и их профилактика на занятиях. Правила игры.</p>	<p>Игра-путешествие, сюжетно-ролевая игра, объяснение учителя, познавательная экскурсия, проектная деятельность, творческий конкурс и т.д.</p>
<p><b>Практический материал</b></p> <p>Игры народов Российской Федерации</p>	<p>Практическое занятие, соревнование, учебная игра, игра и т.д.</p>

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».**

№ п/п	Тематическое планирование	Количество часов	возможность использования Э(Ц)ОРов
1.	Русские народные игры (9 часов)	Инструкция по охране труда № 1. Введение.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/5/">https://resh.edu.ru/subject/9/5/</a>
2.		"Гуси-лебеди", "Обыкновенные жмурки".	
3.		"У медведя во бору", "Пятнашки".	
4.		Осенняя экскурсия в парк.	
5.		"Выгони мяч", "Стадо".	
6.		"Горелки", "Блуждающий мяч".	
7.		"Гонка мяча по улице", "Шлепанки".	
8.		"Большой мяч", "Волк".	
9.		Прогулка на свежем воздухе. Инструктаж по технике безопасности на каникулах. Правила поведения на ж/дороге, транспорте.	
10.	Башкирские народные игры (2 часа).	"Палка - кидалка" (сайош-таяк), "Липкие пеньки".	1
11.		"Стрелок", "Липкие пеньки".	1
12.	Бурятские	"Иголлка, нитка и узелок", "Волк	1

	народные игры (1 час).	и ягнята".	
13.	Дагестанские народные игры (1 час).	"Надень папаху".	1
14.	Карельские народные игры (1 час).	"Мяч", "Пятнашки на санках".	1
15.	Игры народов коми (1 час).	"Невод", "Ловля оленей".	1
16.	Мордовские народные игры (1 час).	"Круговой", "Раю, раю".	1
17.	Осетинские народные игры (2 часа)	"Борьба за флажки", "Жмурки - носильщики".	1
18.		"Гаккарис", "Метание с плеча", "Метание снизу".	1
19.	Татарские народные игры (4 часа).	"Продаем горшки", "Скок-перескок".	1
20.		"Хлопушки", "Ловишки".	1
21.		"Угадай и догони", "Лисички и курочки".	1
22.		"Кто первый?", "Спутанные кони".	1
23.	Тувинские народные игры (1 час).	"Стрельба в мишень", "Борьба".	1
24.	Удмурские народные игры (1 час).	"Водяной", "Игра с платочком".	1
25.	Чечено-ингушские народные игры (2 часа)	"Игра в башню", "Чиж".	1
26.		"Утушка"	1
27.	Чувашские народные игры (2 часа)	"Хищник в море", "Рыбки".	1
28.		"Кого вам?", "Расходитесь", "Летучая мышь".	1
29.	Якутские народные игры (2 часа)	"Волк и жеребята", "Игра в мяч".	1
30.		"Игра с перетягиванием", "Сокол и лиса", "Один лишний".	1
31.	Игры народов Сибири и Дальнего Востока (4 часа)	"Солнце", "Ловля оленей".	1
32.		"Куропатки и охотники", "Рыбаки и рыбки".	1
33.		"Здравствуй, догони!", "Отбивка оленей".	1
34.		"Тройной прыжок", "Охота на куропаток".	1