Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение Такучетская школа

663458 Красноярский край Богучанский район п. Такучет, ул. Горького, 1А

tacku4et@yandex.ru

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО педагогическим советомМКОУ Такучетская школаПротокол от « »\_\_\_2024 г. №\_\_\_\_\_ | УТВЕРЖДАЮДиректор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_Л.А. Малыхина приказ №\_\_ от « » \_\_\_2024г |

**ПРОГРАММА ШСК**

МКОУ Такучетская школа

Курс для 1 -4 классов

**«СПОРТИВНО – ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

(Направление физкультурно-оздоровительное)

На 2024 – 2025 учебный год.

Составил учитель физической культуры

Куткина Н.А.

п. Такучет

**Пояснительная записка**

Программа ШСК «Спортивно-подвижные игры» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2011 г.

**Цель:** создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Основными задачами** реализации поставленной цели являются:

1. Укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. Комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. Развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. Формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. Развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. Стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. Развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. Воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. Формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

**Общая характеристика**

**Актуальность программы**

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все 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 на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные и сверхмаксимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

**Программа ШСК направлена на:**

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.

-Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.

- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.

- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

**Новизна программы:**

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр, начинающаяся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

**Сроки реализации:**

Программа рассчитана на 1 года - 34 часов.

**Режим занятий:**

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 1час.

Занятия проводятся на улице или в спортивном зале.

**Формы занятий:**

Ведущей формой организации обучения является **групповая.** Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

* Смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
* Смена личностных интересов и запросов учащихся.

**Виды деятельности**: игровая, познавательная.

**Ожидаемые результаты:**

**1 класс:**

* Укрепление здоровья;
* Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

**2 класс:**

* Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.
* Повышение физической активности;

**3 класс:**

* Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.
* Сформированная потребность активном участии в играх, в их поиске и самостоятельном проведении;

**4 класс:**

* Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
* Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
* Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).
* Укрепление здоровья;
* Формирование коммуникативных умений;
* Выступать в роли участника и в роли организатора игры.

**Методическая особенность программы**:

 При реализации программы используются различные методы обучения:

* Словесные – рассказ, объяснение нового материала;
* Наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
* Практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

       При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

        Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

       Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

       В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

         Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

          Спортивно -подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

           Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

          Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

**Коммуникативные УУД:**

* Умение оформлять свои мысли в устной форме
* Слушать и понимать речь других;
* Договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
* Учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

**Формы подведения итогов реализации программы:**

**Способы проверки знаний и умений:**

* Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
* Участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
* Открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

* Весёлые старты;
* Спортивные эстафеты;
* Фестиваль игр;
* Праздник «Игромания»;
* Спортивный праздник «Богатырские потешки»;
* «День здоровья».

**Тематическое распределение количества часов:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема раздела | Количество теории | Часов практики |
| 1 | Техника безопасности | 1 | **-** |
| 2 | Беседы | В течение года |
| 3 | Игры | - | 34 |
|  | Итого | 34 часа |

**Содержание программы ШСК:**

**Тема 1. Техника безопасности**

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима- лето». ТБ при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».

ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву». ТБ при подвижных играх «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».

**Тема 2. Беседы**

Беседа «Личная гигиена».  Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

**Тема 3. Игры**

 «К своим флажкам», «Запрещенные движения». «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». «Фигуры», «Флюгер». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир» «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место, «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», Пчелки». «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Волк во рву», «Пустое место». «Воробушки», Берегись Буратино». «Зима - лето», «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир» «День и ночь», «Воробьи вороны». Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Колдунчик», «Салки выручали». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето». Полоса препятствий. «День ночь», «Мы веселые ребята Волк во рву», «Пустое место». «Зима - лето», «Космонавты». Веселые эстафеты с мечами. «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».

Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель». Веселые эстафеты на свежем воздухе. «Волк во рву», «Пустое место». «Класс смирно», «Веселые старты» «К своим флажкам», «Два мороза». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «День и ночь», «Воробьи вороны».

**Результаты освоения курса:**

***Личностные результаты***

* 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***

* Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* 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;
* Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
* Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* Организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
* Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
* Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Материально – техническое обеспечение программы**: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема урока** | **Дата изучения**  | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| 1 | Техника безопасности при проведении подвижных игр |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 2 | Бег. ОРУ. игры: «Краски», «Третий лишний» |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 3 | Бег. ОРУ. Игра «Самолеты» |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 4 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: «Совушка», Перестрелка |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 5 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: «Лиса в курятнике» |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 6 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: «Зайцы и волк» |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 7 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: «Жмурки» |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 8 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: «Кто скорее до флажка?». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 9 | Бег. ОРУ. Самостоятельные игры: повторение игр,пройденных на уроках. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 10 | Бег. ОРУ. Самостоятельные игры: повторение понравившихся игр. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 11 | Бег. ОРУ. Веселые старты |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 12 | Бег. ОРУ. Самостоятельные игры: повторение игр,пройденных на уроках. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 13 | Бег. ОРУ. Самостоятельные игры: повторение игр,пройденных на уроках. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 14 | Бег. ОРУ. Игра «К названному дереву беги» Самостоятельные игры: повторение игр, пройденных на уроках. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 15 | Бег. ОРУ. Игра «Найди листок, как на дереве». Самостоятельные игры: повторение игр, пройденных науроках. |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 16 | Бег. ОРУ. Игра «Кто скорее соберет?»Самостоятельные игры: повторение понравившихся игр. |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 17 | Шашечный турнир |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 18 | Бег. ОРУ. Игра «Жадный кот». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 19 | Бег. ОРУ. Игра «Жуки». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 20 | Бег. ОРУ. Веселые старты |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 21 | Игра «Найди себе пару» |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 22 | Бег ОРУ. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 23 | Бег. ОРУ. Игра «Пробеги тихо». Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 24 | Прогулка |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 25 | Бег. ОРУ. Игра «Кот на крыше». Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 26 | Бег. ОРУ. Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 27 | Футбол, пионербол |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 28 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: Футбол, пионерболСамостоятельные игры: повторение понравившихся игр. |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 29 | Бег. ОРУ. Подвижные игры: «Футбол, пионербол»Самостоятельные игры: повторение понравившихся |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 30 | Бег. ОРУ. Самостоятельные игры: повторение понравившихсяигр. |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 31 | Бег. ОРУ. Игра «Охота на зайцев». Игра «Перестрелка». |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 32 | Самостоятельные игры: повторение понравившихся игр. |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
| 33 | Веселые старты |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |
|  34 | Спортивный праздник |  | <https://resh.edu.ru/subject/9/> |

**Список литературы**

1. ФГИС «Моя школа» <https://myschool.edu.ru/>
2. Федеральный портал «Единое содержание общего образования» <https://edsoo.ru/>
3. Интернет ресурсы.