

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики**

«Утверждаю»

Директор школы: Г.Г.Фадеева
Приказ: № 209 от «30 » августа 2021г.

«Согласовано»

Зам. директора по ОД: Хвостенкова О. А..

«Рассмотрено»

на заседании Методического совета
/С.В. Пыренкова/
Протокол № 1 от 30 августа 2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Поиграй-ка»

для учащихся 1-а класса

составлена учителем начальных классов

Васильевой Маргаритой Николаевной

Срок реализации: 2021-2022

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ п. Опытный»

Количество часов – 170 занятий, в неделю – 5 занятий по 30 мин

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, 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.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Общая характеристика кружка

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.

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. На занятиях кружка «Поиграй-ка» проводятся народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

Кружок «Поиграй-ка» учитывает возрастные особенности младших школьников и поэтому предусматривает организацию подвижной деятельности учащихся, которая не мешает умственной работе. С этой целью включены подвижные игры, настольные игры, викторины разной тематики. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся 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 учащихся;
- 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.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные, метапредметные результаты освоения программы:

Рабочая программа обеспечивает формирование личностных, метапредметных результатов в соответствии с ФГОС.

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;
- 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;

Содержание курса внеурочной деятельности

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«**Русские народные игры**» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры различных народов». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Кол-во часов	Дата	Формы и методы работы	Основные виды деятельности
1,2	Русская народная игра «У медведя во бору»	2	01.09 02.09	Игра	Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей физического развития, занятие спортом
3,4	Русская народная игра «Филин и пташка»	2	03.09 06.09	Игра	
5,6	Русская народная игра «Горелки»	2	07.09 08.09	Игра	
7,8	Русская народная игра «Кот и мышь»	2	09.09 10.09	Игра	
9,10	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	2	13.09 14.09	Игра	
11,12	Русская народная игра «Уголки»	2	15.09 16.09	Игра	Подвижные игры, соревнования
13,14	Игры с мячом «Вышибала»	2	17.09 20.09	Игра	
15,16	Разучивание игры «Классики»	2	21.09 22.09	Игра	
17,18	Разучивание игры «Метко в цель»	2	23.09 24.09	Игра	Подвижные игры, соревнования
19,20	Легкоатлетический кросс	2	27.09 28.09	Соревнование	Подвижные игры, соревнования
21,22	Разучивание игры «Салки - приседалки»	2	29.09 30.09	Игра	
23,24	Разучивание игры «Уголки»	2	01.10 04.10	Игра	Ходьба, ходьба на носках, на пятках, коротким, средним, длинным шагом
25,26	Разучивание игры на внимание «Класс, смирно!»	2	05.10 06.10	Игра	
27,28	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»	2	07.10 08.10	Игра	
29,30	Игра с мячом «Охотники и утки»	2	11.10 12.10	Игра	Подвижные игры с мячом
31,32	Осенние весёлые старты	2	13.10 14.10	Соревнование	Эстафеты
33,34	Игра «Волк во рву»	2	15.10 18.10	Игра	Подвижные игры с мячом
35,36	Весёлые старты со скакалкой	2	19.10 20.10	Соревнование	Эстафеты со скакалкой

37,38	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	2	21.10	22.10	Игра	Подвижные игры с прыжками
39,40	Разучивание игры «Белки, волки, лисы»	2	25.10	26.10	Игра	Подвижные игры
41,42	Разучивание игры «Охотник и сторож»	2	27.10	28.10	Игра	Подвижные игры
43,44	Разучивание игры «Совушка - сова»	2	29.10	08.11	Игра	Подвижные игры
45,46	Разучивание игры «Удочка»	2	09.11	10.11	Игра	Знакомство с народными играми- поисками
47,48	Разучивание игры «Перемена мест»	2	11.11	12.11	Игра	
49,50	Разучивание игры «Чего нет?»	2	15.11	16.11	Игра	
51,52	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	2	17.11	18.11	Игра	Игры - поиски
53,54	Разучивание игры «Прыгай через ров»	2	19.11	22.11	Игра	Игры на быстроту и выносливость
55,56	Разучивание игры «Найди себе пару»	2	23.11	24.11	Игра	Игры - поиски
57,58	Разучивание игры «Найди себе пару»	2	25.11	26.11	Игра	Игры на быстроту и выносливость
59,60	Разучивание игры «Отгадай, кто подходил»	2	29.11	30.11	Игра	
61,62	Разучивание игры «Третий лишний»	2	01.12	02.12	Игра	
63,64	Разучивание игры «Ручеёк»	2	03.12	06.12	Игра	Знакомство с традициями быта, обряда и ритуалами русского народа
65,66	Разучивание игры «Заяц без дома»	2	07.12	08.12	Игра	
67,68	Разучивание игры «Яша и Маша»	2	09.12	10.12	Игра	
69,70	Разучивание игры «Холодно- горячо»	2	13.12	14.12	Игра	Знакомство с традициями быта, обряда и ритуалами русского народа
71,72	Разучивание игры «Третий лишний»	2	15.12	16.12	Игра	

73,74	Эстафеты «Весёлые старты»	2	17.12	20.12	Соревнование	Эстафеты
75,76	Разучивание игры «Метко в цель»	2	21.12	22.12	Игра	Эстафеты
77,78	Разучивание новогодних игр	2	23.12	24.12	Игра	Новогодние игры на свежем воздухе
79,80	Разучивание новогодних игр.	2	27.12	28.12	Игра	
81,82	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	2	29.12	30.12	Игра	
83,84	Разучивание игры «Белые медведи»	2	17.01	18.01	Игра	Зимние виды спорта
85,86	Катание на санках	2	19.01	20.01	Игра	Зимние виды спорта на свежем воздухе
87,88	Катание на санках	2	21.01	24.01	Игра	
89,90	Лепка снеговика	2	25.01	26.01	Игра	
91,92	Катание на лыжах	2	27.01	28.01	Игра	Зимние подвижные игры на площадке
93,94	Катание на лыжах	2	31.01	01.02	Соревнование	
95,96	Народные игры. «Найди и садись», «Казаки – разбойники».	2	02.02	03.02	Игра	
97,98	Игры моих бабушек и дедушек.	2	04.02	07.02	Игра	
99, 100	Разучивание пальчиковых игр: «Волшебные пальчики», «Здравствуй, пальчик», «Долго, долго мы лепили»	2	08.02	09.02	Игра	Народные игры
101,102	Народные игры. «Дед Мазай», «Море волнуется».	2	10.02	11.02	Игра	Народные игры
103,104	Игры разных народов. «Садовник», «День – ночь».	2	14.02	15.02	Игра	Игры разных народов
105,106	Упражнения и игры на развитие внимания.	2	16.02	17.02	Игра	Игры на развитие внимания.
107,108	Игры – эстафеты.(Скакалки, мячи, гранаты)	2	18.02	28.02	Игра	Игры – эстафеты со скакалками, с мячами.

109,110	Игры с прыжками «Зайцы в огороде»	2	01.03	02.03	Игра	Игры с прыжками
111,112	Кто сильнее? Разучивание игр-соревнований «Бой петухов», «Борьба всадников»	2	03.03	04.03	Игра	Игры на быстроту и выносливость
113,114	Сюжетные игры	2	07.03	08.03	Творческая мастерская	Сюжетные игры
115,116	Разучивание игры «Попрыгунчики- воробушки»	2	09.03	10.03	Игра	Зимние виды спорта на свежем воздухе
117,118	Лепка снежного городка	2	11.03	14.03	Игра	
119,120	Игра «Коршун и наседка»	2	15.03	16.03	Игра	
121,122	Разучивание игры «Два Мороза»	2	17.03	18.03	Игра	
123,124	Игры с мячом	2	28.03	29.03	Игра	Игры с мячом
125,126	Разучивание игры «К своим флажкам»	2	30.03	32.03	Игра	Игры с флажками
127,128	Повторение изученных игр.	2	01.04	04.04	Игра	Игры по выбору детей.
129,130	Прыжки со скакалкой (разучивание)	2	05.04	06.04	Игра	Прыжки со скакалкой
131,132	Прыжки со скакалкой	2	07.04	08.04	Соревнование	
133,134	Разучивание игры «Русская лапта»	2	11.04	12.04	Игра	Физические упражнения на природе
135,136	Игра в салки	2	09.04	10.04	Игра	
137,138	Игра в догонялки	2	11.04	12.04	Игра	«Игры-догонялки»
139,140	Разучивание игры «Салки-приседалки»	2	13.04	14.04	Игра	Физические упражнения на природе
141,142	Разучивание игры «Утки и охотники»	2	15.04	18.04	Игра	
143,144	Эстафеты с мячом	2	19.04	20.04	Соревнование	Эстафеты с мячом
145,146	Эстафеты со скакалкой	2	25.04	22.04	Соревнование	Эстафеты со скакалкой
147,148	Игра в пионербол	2	25.04	26.04	Игра	Игры на внимание
149,150	Игра в пионербол	2	27.04	28.04	Игра	
151,152	Разучивание игры «Лиса и куры»	2	29.04	03.05	Игра	«Игры-догонялки»

153,154	Метание в цель.	2	04.05 05.05	Игра	
155,156	Разучивание игры «Кто дальше бросит?»	2	10.05 11.05	Игра	Бег на быстроту
157,158	«Весёлые старты»	2	12.05 13.05	Соревнование	Физические упражнения на природе
159,160	Спортивный праздник.	2	16.05 17.05	Соревнование	Эстафеты, игры, соревнование на свежем воздухе
161,162	Футбол	2	18.05 19.05	Соревнование	Игра в футбол
163,164	Поход в лес.	2	20.05 23.05	Поход	Игры и эстафеты на природе
165,166	Эстафеты и игры по выбору детей	2	24.05 25.05	Соревнование	
167,168	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	2	26.05 27.05	Игра	Игры по выбору детей.
169,170	Экскурсии на природу	2	28.05 30.05	Экскурсия	Игры и эстафеты на природе

Итого– 170 занятий по 30 мин

Контрольно – измерительные материалы

№	Вид	Содержание
1.	Проект	Защита проекта "Моя любимая игра"
2.	Проект	Защита проекта «Игры народов мира»
3.	Проект	Защита проекта "Чувашские народные игры"

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:

_____/Фадеева Г.Г./

Приказ № 209 от 30 августа 2021 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ОД

_____/Хвостенкова О.А./

«РАССМОТРЕНО»

н заседании Методического совета

_____/Пыренкова С.В./

Протокол №1 от 30 августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЧАСА ЗДОРОВЬЯ

«Поиграй-ка»

для учащихся 2-А класса

составлена учителем начальных классов

Антоновой Ольгой Маркеловной

Срок реализации программы: 2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа часа здоровья «Поиграй-ка» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ п.Опытный».

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся 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 учащихся;
- 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.

Планируемые результаты часа здоровья «Поиграй-ка»

Личностными результатами кружка «Поиграй-ка» являются следующие умения:

- *оценивать* поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- *умение выражать* свои эмоции;
- *понимать* эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами часа здоровья является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

- *проговаривать* последовательность действий во время занятия;
- *учиться работать* по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- *умение делать выводы* в результате совместной работы класса и учителя;

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).

Содержание часа здоровья «Поиграй-ка»

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры народов мира». Знакомство с разнообразием игр различных народов. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

Тематическое планирование занятий

	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Форма проведения</i>	<i>Основные виды деятельности</i>	<i>Дата проведения</i>
1.	Русская народная игра «Совушка»	2 ч	Беседа, коллективная игра	Учатся выполнять правила игры, вырабатывают умение неподвижно стоять определенное время	01.09.2021 02.09.2021
2.	Русская народная игра «Филин и пташка»	2 ч	Коллективная игра	Выбор и ограничение игрового пространства	03.09.2021 06.09.2021
3.	Русская народная игра «Горелки»	2 ч	Коллективная игра	Учатся соблюдать правила игры	07.09.2021 08.09.2021
4.	Русская народная игра «Кот и мышь»	2 ч	Коллективная игра	Учатся выполнять правила игры	09.09.2021 10.09.2021
5.	Русская народная игра «Мячик кверху»	2 ч		Развивают быстроту реакции, скорость передвижения, внимания в игре	13.09.2021 14.09.2021
6.	Русская народная игра «Жмурки»	2 ч	Коллективная игра	Учатся с закрытыми глазами передвигаться, определять пойманного	15.09.2021 16.09.2021
7.	Русская народная игра «Ловишка в кругу»	2 ч	Коллективная игра	Учатся выполнять правила игры	17.09.2021 20.09.2021
8.	Русская народная игра «Гуси»	2 ч	Коллективная игра	Учатся передвигаться в определенном пространстве	21.09.2021 22.09.2021
9.	Игры на развитие восприятия: «Светофор», «Сантики-фантики Лимпопо»	3 ч	Коллективная игра	Учатся внимательно слушать называемые цвета, быстро находить их в одежде, повторять показанные движения, придумывать собственные	23.09.2021 24.09.2021 27.09.2021
10.	Игры на развитие внимания: «Запомни порядок», «Запрещенное движение»	2 ч	Коллективная игра	Развивают внимание в игровых ситуациях	28.09.2021 29.09.2021
11.	Игры на развитие памяти: «Водяной», «Угадай, чей голосок?»	2 ч	Коллективная игра	Учатся запоминать и с закрытыми глазами определять человека по внешнему облику с помощью ощупывания, голос человека	30.09.2021 01.10.2021
12.	Игры на развитие воображения: «Море волнуется раз», «Преображение»	2 ч	Коллективная игра	Развивают воображение в игровых ситуациях	04.10.2021 05.10.2021
13.	Игра на развитие внимания	2 ч	Игра в группах	Развивают быстроту реакции	06.10.2021 07.10.2021

	«Мигалки», «Вороны и воробьи»				
14.	Игры на коррекцию эмоциональной сферы: «Баба-Яга», «Три характера»	2 ч	Коллективная игра	Выражают эмоциональное состояние или образ с помощью мимики, жестов, интонации	08.10.2021 11.10.2021
15.	Игра «Белки на дереве»	2 ч	Коллективная игра	Вырабатывают быстроту реакции, ловкость	12.10.2021 13.10.2021
16.	Игра «Два Мороза»	2 ч	Игра в группах	Учится пересекать поле, не попадаясь водящему	14.10.2021 15.10.2021
17.	Игра «Метко в цель»	2 ч	Индивидуальные упражнения	Учится метать мяч в горизонтальную и вертикальную цель	18.10.2021 19.10.2021
18.	Игра «Кот идет»	2 ч	Коллективная игра	Учится передвигаться в определенном пространстве, замирая на месте по сигналу	20.10.2021 21.10.2021
19.	Игра «Липучка»	2 ч	Коллективная игра	Учится избегать водящих, передвигаясь по площадке	22.10.2021 25.10.2021
20.	Игра «Салки с мячом»	2 ч	Коллективная игра	Учится соблюдать правила игры	26.10.2021 27.10.2021
21.	Игра «Клеевой дождик»	2 ч	Коллективная игра	Учится передвигаться через различные препятствия, не расцепляясь друг с другом	28.10.2021 29.10.2021
22.	Игра «Капканы»	2 ч	Коллективная игра	Учится передвигаться цепочкой, не разрывая рук	08.11.2021 09.11.2021
23.	Игра «Заяц без логова»	2 ч	Коллективная игра	Учится меняться ролями во время игры	10.11.2021 11.11.2021
24.	Игра «Заколдованный замок»	2 ч	Игра в группах	Учится двигаться по площадке согласно правилам игры	12.11.2021 15.11.2021
25.	Игра «Кто скорее до флажка?»	2 ч	Игра в группах	Учится выполнять пролезание в обруч, передвигаться прыжками на двух ногах	16.11.2021 17.11.2021
26.	Игра «Лиса в курятнике»	2 ч	Коллективная игра	Учится мягко спрыгивать, сгибая ноги в коленях, бегать, не задевая друг друга	18.11.2021 19.11.2021
27.	Игра «Пробеги тихо»	2 ч	Индивидуальные упражнения	Учится двигаться бесшумно	22.11.2021 23.11.2021
28.	Игра «Тропинка»	2 ч	Коллективная игра	Учится преодолевать препятствия, двигаясь цепочкой и не разрывая рук	24.11.2021 25.11.2021
29.	Футбол	2 ч	Индивидуальные упражнения Коллективная игра	Учатся выполнять основные удары ногой, ведение мяча ногами, пасы. Проявляют качества взаимовыручки.	26.11.2021 29.11.2021
30.	Футбол	2 ч	Коллективная игра	Учится соблюдать правила игры	30.11.2021 01.12.2021

31.	Веселые эстафеты с мячами	2 ч	Командные соревнования	Учится выполнять различные упражнения с мячами, работать в команде	02.12.2021 03.12.2021
32.	Веселые эстафеты с обручами и скакалками	2 ч	Командные соревнования	Учится выполнять различные упражнения с обручами и скакалками, работать в команде	06.12.2021 07.12.2021
33.	Веселые эстафеты с преодолением препятствий	2 ч	Командные соревнования	Учится выполнять различные упражнения по преодолению препятствий, работать в команде	08.12.2021 09.12.2021
34.	Игра в снежки	3 ч	Коллективная игра	Вырабатывают быстроту реакции, ловкость, выносливость, внимание	10.12.2021 13.12.2021 14.12.2021
35.	Лепка снежных фигур	3 ч	Коллективная игра	Развивают физические качества: сила, ловкость, быстрота	15.12.2021 16.12.2021 17.12.2021
36.	Катание на санках	3 ч	Коллективная игра	Вырабатывают быстроту реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание	20.12.2021 21.12.2021 22.12.2021
37.	Лепка снежной крепости	2 ч	Коллективная игра	Вырабатывают ловкость, сообразительность и выносливость, коллективизм	23.12.2021 24.12.2021
38.	Катание на лыжах	2 ч	Индивидуальные упражнения	Осваивают технику передвижения на лыжах под руководством учителя и самостоятельно, выявляют и устраняют ошибки.	27.12.2021 28.12.2021
39.	Катание на коньках	2 ч	Индивидуальные упражнения	Совершенствуют навыки отталкивания ногой, улучшают координацию при катании.	29.12.2021 30.12.2021
40.	Конькобежная эстафета	1 ч	Соревнование	Вырабатывают быстроту реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм	31.12.2021
41.	Катание на лыжах	2 ч	Индивидуальные упражнения	Совершенствуют навыки отталкивания ногой, улучшают координацию при управлении лыжами. Вырабатывают быстроту реакции, ловкость, выносливость	17.01.2022 18.01.2022
42.	«Сороконожка на лыжах»	1 ч	Коллективная игра	Совершенствуют навыки отталкивания ногой, улучшают координацию при управлении лыжами	19.01.2022
43.	Катание на коньках	2 ч	Индивидуальные упражнения	Вырабатывают быстроту реакции, ловкость,	20.01.2022 21.01.2022

				выносливость, внимание, улучшают координацию	
44.	Хоккей Катание на санках	2 ч	Коллективн ая игра	Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.	24.01.2022 25.01.2022
45.	Игра «Ловля оленей»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	26.01.2022
46.	Игра «Иголка, нитка, узелок»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	27.01.2022
47.	Игра «Палочка – стукалочка»	1 ч	Коллективн ая игра	Умение выполнять общеразвивающие упражнения, знакомство с особенностями игр Коми, Бурятии, Калмыкии, самостоятельно играть в разученные игры	28.01.2022
48.	Игра «Достань шапку»	1 ч	Коллективн ая игра	Умение выполнять общеразвивающие упражнения, знакомство с особенностями игр Коми, Бурятии, Калмыкии, самостоятельно играть в разученные игры	31.01.2022
49.	Игра «Биляш»	1 ч	Коллективн ая игра	Умение выполнять общеразвивающие упражнения, знакомство с тем, как игра помогает в жизненных ситуациях, самостоятельно играть в разученные игры. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. Умение выполнять корректирующую гимнастику, самостоятельно играть в разученные игры. Знание техники безопасности при проведении весёлых стартов, правил поведения при играх	01.02.2022
50.	Игра «Пятнашки на санках»	1 ч	Коллективн ая игра		02.02.2022
51.	Игра «Стой, олень»	1 ч	Коллективн ая игра		03.02.2022
52.	Игра «Невод»	1 ч	Коллективн ая игра		04.02.2022
53.	Игра «Табун»	1 ч	Коллективн ая игра		07.02.2022
54.	Веселые старты	1 ч	Соревнован ие		08.02.2022
55.	Игра «Снятие шапки»	1 ч	Коллективн ая игра		09.02.2022
56.	«Игра в лягушек»	1 ч	Коллективн ая игра	10.02.2022	
57.	«Конное поло»	1 ч	Коллективн ая игра	11.02.2022	

58.	«Отдай платочек»	1 ч	Коллективн ая игра	разученные игры. Знание особенностей кавказских игр, правил поведения при играх, умение выполнять упражнения в движении. Знакомство с традициями праздников Кавказа. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей	14.02.2022
59.	«Палочка – вырубалочка»	1 ч	Коллективн ая игра	Знание связи подвижных и спортивных игр, правил поведения при играх. Самостоятельно играть в разученные игры	15.02.2022
60.	Игра «Земля, вода, воздух, огонь»	1 ч	Коллективн ая игра	Вырабатывают быстроту реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм	16.02.2022
61.	«Веселые забавы»	1 ч	Соревнован ие	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	17.02.2022
62.	Игра «Иванка»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	18.02.2022
63.	Игра «Мельница»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	21.02.2022
64.	Игра «Охотники и утки»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	22.02.2022
65.	Игра «Г уси летят»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	24.02.2022
66.	Игра «Жмурки»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	25.02.2022
67.	Игра «Посадка картошки»	1 ч	Коллективн ая игра	Знание особенностей игр народов Прибалтики, умение самостоятельно играть в разученные игры	28.02.2022
68.	Игра «Догони меня»	1 ч	Коллективн ая игра	Знание особенностей игр народов Прибалтики, умение самостоятельно играть в разученные игры	01.03.2022
69.	Мероприятие «Спортивные сказки»	1 ч	Соревнован ие	Знание техники безопасности при проведении соревнований по подвижным играм; правил поведения при играх	02.03.2022
70.	Игра «Король мавров»	1 ч	Коллективн ая игра	Знание особенностей игр народов Прибалтики, умение самостоятельно играть в разученные игры	03.03.2022
71.	Игра «Чёрное и белое»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	04.03.2022
72.	Игра «Птица без гнезда»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	07.03.2022
73.	Игра «Король зверей»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	09.03.2022

74.	Игра «Ригу-рагу»	1 ч	Коллективн ая игра		10.03.2022
75.	Игра «Ловля хорька»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростносиловых способностей	11.03.2022
76.	Игра «Стая уток»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростносиловых способностей	14.03.2022
77.	Игра «Путешественник»	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростносиловых способностей	15.03.2022
78.	«Пожарная команда» (Германия)	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	16.03.2022
79.	«Африканские салки по кругу»	1 ч	Коллективн ая игра		17.03.2022
80.	«Поезд» (Аргентина)	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростносиловых способностей	18.03.2022
81.	«Буйволы в загоне» (Судан)	1 ч	Коллективн ая игра		21.03.2022
82.	«Один в круге» (Венгрия)	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	22.03.2022
83.	«Шарик в ладони» (Австрия)	1 ч	Коллективн ая игра		23.03.2022
84.	«Найди платок» (Австрия)	1 ч	Коллективн ая игра		24.03.2022
85.	«Лев и коза» (Афганистан)	1 ч	Коллективн ая игра	Знание связи подвижных и спортивных игр, правил поведения при играх.	25.03.2022
86.	«Тяни за голову» (Канада)	1 ч	Коллективн ая игра	Самостоятельно играть в разученные игры.	04.04.2022
87.	«А ну-ка, повтори!» (Конго)	1 ч	Коллективн ая игра	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	05.04.2022
88.	«Балтени» (Латвия)	1 ч	Коллективн ая игра		06.04.2022
89.	«Доброе утро, охотник!» (Швейцария)	1 ч	Коллективн ая игра	Комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями	07.04.2022
90.	«Вытащи платок» (Азербайджан)	1 ч	Коллективн ая игра		08.04.2022
91.	«Лови мешок» (игра индейцев)	1 ч	Коллективн ая игра		11.04.2022
92.	«Птички и птенчики»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных	12.04.2022

				направлениях не задевая друг друга.	
93.	«Салки»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в беге.	13.04.2022
94.	Мяч по кругу	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать координацию движений, внимание, быстроту реакции.	14.04.2022
95.	«Кто бросит дальше мешочек»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании вдаль правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.	15.04.2022
96.	«Воробушки и кот»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве. Упражнять в беге.	18.04.2022
97.	«Змейка на асфальте»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать координацию движений.	19.04.2022
98.	«Кролики»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение двигаться в коллективе, находить свое место на площадке. Упражнять в беге, прыжках на двух ногах.	20.04.2022
99.	«Лапта»	1 ч	Коллективн ая игра	Учить детей братья за руки, выполнять движения, согласно тексту игры.	21.04.2022
100.	«Бабочки»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и приседании.	22.04.2022
101.	«Найди свою игрушку»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей зрительную память, внимание. Упражнять в работе с коллективом.	25.04.2022
102.	«Мы погреемся немножко»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать умение выполнять характерные движения, учить двигаться по кругу.	26.04.2022
103.	Автобус (с собачкой)	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве, ходить друг за другом. Упражнять в беге по площадке в разных направлениях.	27.04.2022

104.	Пионербол	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и ловле.	28.04.2022
105.	«Самолёт»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение выполнять движение по сигналу. Упражнять детей в умение бегать в разных направлениях, не наталкиваясь друг на друга.	29.04.2022
106.	«Зайка беленький сидит и ушами шевелит «	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение согласовывать движения со словами. Упражнять в беге, подпрыгивании на двух ногах.	02.05.2022
107.	«Птички летают»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение бегать враспынную, действовать только по сигналу. Воспитывать дружелюбие друг к другу.	03.05.2022
108.	«Маленькие ножки бежали по дорожке»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение согласовывать движения со словами. Упражнять в ходьбе и беге.	04.05.2022
109.	«Поезд»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей выполнять движение по сигналу, ритмичность движений, находчивость. Упражнять в ходьбе по кругу.	05.05.2022
110.	«Совушка»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение неподвижно стоять некоторое время, внимательно слушать.	06.05.2022
111.	«Карусели»	1 ч	Коллективн ая игра	Учить детей двигаться в быстром и медленном темпе, согласовывать движения со словами стихотворения, реагировать на словесный сигнал. Развивать внимание и умение ориентироваться.	10.05.2022
112.	«Огуречик»	1 ч	Коллективн ая игра	Развивать у детей умение прыгать на двух ногах. Упражнять в беге.	11.05.2022

113.	«Солнышко и дождик»	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей умение ходить и бегать враспынную, не наталкиваясь друг на друга. Приучать действовать по сигналу.	12.05.2022
114.	«Бабочки, лягушки и цапли»	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей координацию, ловкость движений.	13.05.2022
115.	«Мыши и кот»	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей умение ориентироваться в пространстве. Упражнять в быстром беге.	16.05.2022
116.	«По ровненькой дорожке»	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей умение согласовывать движения, наблюдательность, активность, сообразительность. Вызвать у детей чувство радости.	17.05.2022
117.	«Лошадки»	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей ловкость, сообразительность, чувство товарищества. Упражнять в беге колонной.	18.05.2022
118.	«Курочка– хохлатка»	1 ч	Коллективная игра	Упражнять детей быстро реагировать на сигнал. Упражнять детей в ходьбе.	19.05.2022
119.	«Найди свой домик»	1 ч	Коллективная игра	Развивать умение ориентироваться в пространстве. Упражнять детей быстро реагировать на сигнал.	20.05.2022
120.	Лапта	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей умение выполнять движения по сигналу. Упражнять в беге в разных направлениях не задевая друг друга.	23.05.2022
121.	Лапта	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей внимание, ловкость. Упражнять в беге.	24.05.2022
122.	Лапта	1 ч	Коллективная игра	Развивать координацию движений, внимание, быстроту реакции.	25.05.2022
123.	Лапта	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей умение действовать по сигналу. Упражнять в метании вдаль	26.05.2022

				правой и левой рукой, в беге, в распознавании цвета.	
124.	Лапта	1 ч	Коллективная игра	Развивать у детей умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве. Упражнять в беге.	27.05.2022
125.	Спортивный праздник	1 ч	Коллективные игры	Учится выполнять различные физические упражнения, соблюдать правила игр	30.05.2022

Контрольно-измерительные материалы часа здоровья «Поиграй-ка»

№ п/п	Виды	Формы	Темы работ
1 четверть			
1	Картотека	Групповая	Упражнения для разминки
2 четверть			
2	Картотека	Групповая	Игры с мячом
3 четверть			
3	Презентация	Индивидуальная	Моя любимая игра
4	Картотека	Групповая	Эстафеты
4 четверть			
5	Картотека	Групповая	Игры народов России

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:

_____/Фадеева Г.Г./
Приказ № 209 от 30 августа 2021г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ВР

_____/Хвостенкова О.А. /
« ____ » _____ 2021 г.

«РАССМОТРЕНО»

на заседании Методического совета

_____/Пыренкова С.В./
Протокол № 1 от 30 августа 2021 г.

Рабочая программа часа здоровья

"Поиграй-ка"

для 2 «б» класса

составлена учителем начальных классов

Сергеевой Антониной Ивановной

Срок реализации – 2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ п. Опытный»

Количество часов – 170 занятий, в неделю – 5 занятий по 30 мин

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, 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.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Общая характеристика

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.

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. На занятиях кружка «Поиграй-ка» проводятся народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

Кружок «Поиграй-ка» учитывает возрастные особенности младших школьников и поэтому предусматривает организацию подвижной деятельности учащихся, которая не мешает умственной работе. С этой целью включены подвижные игры, настольные игры, викторины разной тематики. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

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

Основными задачами являются:

- укрепление здоровья учащихся 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 учащихся;
- 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.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные, метапредметные результаты освоения программы:

Рабочая программа обеспечивает формирование личностных, метапредметных результатов в соответствии с ФГОС.

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;
- 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;

Содержание часа здоровья

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры различных народов». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	Формы организации занятий	Основные виды деятельности
1,2	Русская народная игра «У медведя во бору»	2	01.09 02.09	Игра	Выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, соревнования, измерение показателей физического развития, занятие спортом
3,4	Русская народная игра «Филин и пташка»	2	03.09 06.09	Игра	
5,6	Русская народная игра «Горелки»	2	07.09 08.09	Игра	
7,8	Русская народная игра «Кот и мышь»	2	09.09 10.09	Игра	
9,10	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	2	13.09 14.09	Игра	
11,12	Русская народная игра «Уголки»	2	15.09 16.09	Игра	Подвижные игры, соревнования
13,14	Игры с мячом «Вышибала»	2	17.09 20.09	Игра	
15,16	Разучивание игры «Классики»	2	21.09 22.09	Игра	
17,18	Разучивание игры «Метко в цель»	2	23.09 24.09	Игра	Подвижные игры, соревнования
19,20	Легкоатлетический кросс	2	27.09 28.09	Соревнование	Подвижные игры, соревнования
21,22	Разучивание игры «Салки - приседалки»	2	29.09 30.09	Игра	
23,24	Разучивание игры «Уголки»	2	01.10 04.10	Игра	Ходьба, ходьба на носках, на пятках, коротким, средним, длинным шагом
25,26	Разучивание игры на внимание «Класс, смирно!»	2	05.10 06.10	Игра	
27,28	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»	2	07.10 08.10	Игра	
29,30	Игра с мячом «Охотники и утки»	2	11.10 12.10	Игра	Подвижные игры с мячом
31,32	Осенние весёлые старты	2	13.10 14.10	Соревнование	Эстафеты
33,34	Игра «Волк во рву»	2	15.10 18.10	Игра	Подвижные игры с мячом
35,36	Весёлые старты со скакалкой	2	19.10 20.10	Соревнование	Эстафеты со скакалкой

37,38	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	2	21.10	22.10	Игра	Подвижные игры с прыжками
39,40	Разучивание игры «Белки, волки, лисы»	2	25.10	26.10	Игра	Подвижные игры
41,42	Разучивание игры «Охотник и сторож»	2	27.10	28.10	Игра	Подвижные игры
43,44	Разучивание игры «Совушка - сова»	2	29.10	01.11	Игра	Подвижные игры
45,46	Разучивание игры «Удочка»	2	02.11	03.11	Игра	Знакомство с народными играми- поисками
47,48	Разучивание игры «Перемена мест»	2	04.11	05.11	Игра	
49,50	Разучивание игры «Чего нет?»	2	15.11	16.11	Игра	
51,52	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	2	17.11	18.11	Игра	Игры - поиски
53,54	Разучивание игры «Прыгай через ров»	2	19.11	22.11	Игра	Игры на быстроту и выносливость
55,56	Разучивание игры «Найди себе пару»	2	23.11	24.11	Игра	Игры - поиски
57,58	Разучивание игры «Найди себе пару»	2	25.11	26.11	Игра	Игры на быстроту и выносливость
59,60	Разучивание игры «Отгадай, кто подходил»	2	29.11	30.11	Игра	
61,62	Разучивание игры «Третий лишний»	2	01.12	02.12	Игра	
63,64	Разучивание игры «Ручеёк»	2	03.12	06.12	Игра	Знакомство с традициями быта, обряда и ритуалами русского народа
65,66	Разучивание игры «Заяц без дома»	2	07.12	08.12	Игра	
67,68	Разучивание игры «Яша и Маша»	2	09.12	10.12	Игра	
69,70	Разучивание игры «Холодно- горячо»	2	13.12	14.12	Игра	Знакомство с традициями быта, обряда и ритуалами русского народа
71,72	Разучивание игры «Третий лишний»	2	15.12	16.12	Игра	

73,74	Эстафеты «Весёлые старты»	2	17.12	20.12	Соревнование	Эстафеты
75,76	Разучивание игры «Метко в цель»	2	21.12	22.12	Игра	Эстафеты
77,78	Разучивание новогодних игр	2	23.12	24.12	Игра	Новогодние игры на свежем воздухе
79,80	Разучивание новогодних игр.	2	27.12	28.12	Игра	
81,82	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	2	29.12	30.12	Игра	
83,84	Разучивание игры «Белые медведи»	2	17.01	18.01	Игра	Зимние виды спорта
85,86	Катание на санках	2	19.01	20.01	Игра	Зимние виды спорта на свежем воздухе
87,88	Катание на санках	2	21.01	24.01	Игра	
89,90	Лепка снеговика	2	25.01	26.01	Игра	
91,92	Катание на лыжах	2	27.01	28.01	Игра	Зимние подвижные игры на площадке
93,94	Катание на лыжах	2	31.01	1.02	Соревнование	
95,96	Народные игры. «Найди и садись», «Казаки – разбойники».	2	02.02	03.02	Игра	
97,98	Игры моих бабушек и дедушек.	2	04.02	07.02	Игра	
99, 100	Разучивание пальчиковых игр: «Волшебные пальчики», «Здравствуй, пальчик», «Долго, долго мы лепили»	2	08.02	09.02	Игра	Народные игры
101,102	Народные игры. «Дед Мазай», «Море волнуется».	2	10.02	11.02	Игра	Народные игры
103,104	Игры разных народов. «Садовник», «День – ночь».	2	14.02	15.02	Игра	Игры разных народов
105,106	Упражнения и игры на развитие внимания.	2	16.02	17.02	Игра	Игры на развитие внимания.
107,108	Игры – эстафеты.(Скакалки, мячи, гранаты)	2	18.02	21.02	Игра	Игры – эстафеты со скакалками, с мячами.

109,110	Игры с прыжками «Зайцы в огороде»	2	22.02	24.02	Игра	Игры с прыжками
111,112	Кто сильнее? Разучивание игр-соревнований «Бой петухов», «Борьба всадников»	2	25.02	28.02	Игра	Игры на быстроту и выносливость
113,114	Сюжетные игры	2	01.03	02.03	Творческая мастерская	Сюжетные игры
115,116	Разучивание игры «Попрыгунчики- воробушки»	2	03.03	04.03	Игра	Зимние виды спорта на свежем воздухе
117,118	Лепка снежного городка	2	07.03	09.03	Игра	
119,120	Игра «Коршун и наседка»	2	10.03	11.03	Игра	
121,122	Разучивание игры «Два Мороза»	2	14.03	15.03	Игра	
123,124	Игры с мячом	2	16.03	17.03	Игра	Игры с мячом
125,126	Разучивание игры «К своим флажкам»	2	18.03	21.03	Игра	Игры с флажками
127,128	Повторение изученных игр.	2	22.03	23.03	Игра	Игры по выбору детей.
129,130	Прыжки со скакалкой (разучивание)	2	24.03	25.03	Игра	Прыжки со скакалкой
131,132	Прыжки со скакалкой	2	04.04	05.04	Соревнование	
133,134	Разучивание игры «Русская лапта»	2	06.04	07.04	Игра	Физические упражнения на природе
135,136	Игра в салки	2	08.04	11.04	Игра	
137,138	Игра в догонялки	2	12.04	13.04	Игра	«Игры-догонялки»
139,140	Разучивание игры «Салки-приседалки»	2	14.04	15.04	Игра	Физические упражнения на природе
141,142	Разучивание игры «Утки и охотники»	2	18.04	19.04	Игра	
143,144	Эстафеты с мячом	2	20.04	21.04	Соревнование	Эстафеты с мячом
145,146	Эстафеты со скакалкой	2	22.04	25.04	Соревнование	Эстафеты со скакалкой
147,148	Игра в пионербол	2	26.04	27.04	Игра	Игры на внимание
149,150	Игра в пионербол	2	28.04	29.04	Игра	
151,152	Разучивание игры «Лиса и куры»	2	02.05	03.05	Игра	«Игры-догонялки»

153,154	Метание в цель.	2	04.05 05.05	Игра	
155,156	Разучивание игры «Кто дальше бросит?»	2	06.05 10.05	Игра	Бег на быстроту
157,158	«Весёлые старты»	2	11.05 12.05	Соревнование	Физические упражнения на природе
159,160	Спортивный праздник.	2	13.05 16.05	Соревнование	Эстафеты, игры, соревнование на свежем воздухе
161,162	Футбол	2	17.05 18.05	Соревнование	Игра в футбол
163,164	Поход в лес.	2	19.05 20.05	Поход	Игры и эстафеты на природе
165,166	Эстафеты и игры по выбору детей	2	23.05 24.05	Соревнование	
167,168	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	2	25.05 26.05	Игра	Игры по выбору детей.
169,170	Экскурсии на природу	2	27.05 30.05	Экскурсия	Игры и эстафеты на природе

Итого– 170 занятий по 30 мин

Контрольно – измерительные материалы

№	Вид	Содержание
1.	Проект	Защита проекта "Моя любимая игра"
2.	Проект	Защита проекта «Игры народов мира»
3.	Проект	Защита проекта "Чувашские народные игры"

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики**

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы: _____/Фадеева Г.Г./

Приказ № 209 от 30 августа 2021г.

«СОГЛАСОВАНО»

«РАССМОТРЕНО»

на заседании Методического совета

Заместитель директора по ВР
_____/ Хвостёноква О.А./

_____/Пыренкова С.В./

Протокол №1 от 30 августа 2021 г.

**Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
«Поиграй-ка»
для 3 «а» класса
составлена учителем начальных классов
*Александровой Светланой Валентиновной***

Срок реализации: 2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Поиграй-ка» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ п.Опытный», на основе авторской программы физического воспитания В.И. Ляха, А.А. Здаевича.

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся 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 учащихся;
- 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.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, 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.

У многих школьников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др. Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. **Игра способна** в значительной степени **обогатить и закрепить** двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и продолжают существовать.

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 – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры.

В программу курса «Поиграй -ка» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

Программа рассчитана на **170 занятий** (по 30 мин.) для обучающихся **3 класса – по 5 часов** в неделю.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результатом занятий в кружке «Поиграй-ка» 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;

Предметные результаты

Учащиеся должны:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
- 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;
- 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.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

Содержание курса внеурочной деятельности

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры различных народов». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

**Календарно – тематическое планирование занятий
кружка «Поиграй-ка» в 3 «А» классе**

№ п/п	Темы занятий	Дата	Формы организации занятий	Основные виды деятельности
1 четверть (43 занятия)				
	Разучивание русских народных игр на свежем воздухе. Игры-догонялки.			
1, 2	Русская народная игра «У медведя во бору»	1 неделя 01.09-03.09	Игра	Беседа: «Какие игры бывают» Инструктаж о поведении во время игр, о мерах безопасности
3,	Русская народная игра «Филин и пташка»		Игра	
4,5	Русская народная игра «Горелки»	2 неделя 06.09-10.09	Игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования
6	Русская народная игра «Горелки»		Игра	
7, 8	Русская народная игра «Кот и мышь»		Игра	
9, 10	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	3 неделя 13.09-17.09	Игра	Ходьба на носках, на пятках, коротким, средним, длинным шагом
11, 12	Русская народная игра «Уголки»		Игра	
13,	Игры с мячом «Вышибалы»		Игра	
14,15	Разучивание игры «Кузнечики»	4 неделя 20.09-24.09	Игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования Разучивание игр.
16	Разучивание игры «Лови-бросай»		Игра	
17, 18	Разучивание игры «Лошадки»		Игра	
19,20	Легкоатлетический кросс		Кросс	
21, 22	Разучивание игры «Салки -приседалки»	5 неделя 27.09-01.11	Игра	
23,	Разучивание игры «Уголки»		Игра	
24,25	Разучивание игры на внимание «Класс, смирно!»	6 неделя 04.10-08.10	Игра	
26	Разучивание игры на внимание «Класс, смирно!»		Игра	
27, 28	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»		Игра	
29, 30	Игра с мячом «Охотники и утки»	7 неделя	Игра	Эстафеты

31, 32	Осенние весёлые старты	11.10-15.10	Соревнование	Игры с прыжками Правила игры. Деление на группы. Ограничение игрового пространства Подвижные игры
33,	Игра « <i>Казаки-разбойники</i> »		Игра	
34,35	Весёлые старты со скакалкой	8 неделя 18.10-22.10	Соревнование	
36	Разучивание игры «Рыбачок»		Игра	
37, 38	Игра с прыжками « <i>Попрыгунчики-воробушки</i> »		Игра	
39, 40	Разучивание игры « <i>Караси и щуки</i> »	9 неделя 25.10-29.11	Игра	
41, 42	Разучивание игры « <i>Охотник и сторож</i> »»		Игра	
43,	Разучивание игры « <i>Совушка - сова</i> »		Игра	
2 четверть (39 занятий)		Игры – поиски		
44,45, 46	Разучивание игры « <i>Удочка</i> »	10 неделя 08.11-12.11	Игра	Подвижные игры Игры на внимание
47, 48	Разучивание игры « <i>Перемена мест</i> »		Игра	
49, 50	Разучивание игры « <i>Круговая лапта</i> »	11 неделя 15.11-19.11	Игра	Игры на быстроту и выносливость
51, 52	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.		Игра	
53,	Разучивание игры « <i>Прыгай через ров</i> »		Игра	
54,55	Разучивание игры « <i>Найди пару</i> »	12 неделя 23.11-27.11	Игра	Подвижные игры Игры- поиски
56	Разучивание игры « <i>Мяч в воздухе</i> » »		Игра	
57, 58	Разучивание игры « <i>Отгадай, кто подходил</i> »		Игра	
59, 60	Разучивание игры « <i>Третий лишний</i> »	13 неделя 29.11-03.12	Игра	Подвижные игры
61, 62	Разучивание игры « <i>Ручеёк</i> »		Игра	
63,	Разучивание игры « <i>Заяц без дома</i> »		Игра	
64, 65	Разучивание игры « <i>Дедушка-рожок</i> »	14 неделя 06.12-10.12	Игра	Игры на быстроту и выносливость
66	Разучивание игры « <i>Горелки</i> »		Игра	
67, 68	Разучивание игры « <i>Слепой и зрячий</i> »		Игра	
69, 70	Разучивание игры « <i>Холодно- горячо</i> »	15 неделя 13.12-17.12	Игра	Игры - эстафеты
71, 72	Разучивание игры « <i>Третий лишний</i> »		Игра	
73.	Эстафеты « <i>Весёлые старты</i> »		Соревнование	
74,75	Разучивание игры « <i>Метко в цель</i> »		Игра	
		16 неделя		

		20.12-24.12		
76	Разучивание новогодних игр		Игра	Подвижные игры
77, 78	Разучивание новогодних игр.		Игра	
79, 80, 81,82	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	17 неделя 27.12-30.12	Игра	
3 четверть (43 занятия) Зимние игры на площадке				
83, 84	Разучивание игры <i>«Белые медведи»</i>	18 неделя 17.01-21.01	Игра	Беседа о мерах безопасности во время катания на санках Игры – эстафеты, игры в снежки
85, 86	Катание на санках		Упражнени я	
87	Катание на санках		Упражнени я	
88	Катание на санках	19 неделя 24.01-28.01	Игра	
89, 90	Игра в снежки		Игра	
91, 92	Лепка снеговика			
93, 94	Катание на лыжах	20 неделя 31.01-04.02	Упражнени я	Беседа о мерах безопасности во время катания на лыжах Игры – эстафеты, игры в снежки
95, 96	Катание на лыжах		Упражнени я	
97	Эстафеты на санках		Эстафеты	
98	Эстафеты на санках	21 неделя 07.02-11.02	Упражнени я	
99, 100	Катание на лыжах		Упражнени я	
101, 102	Катание на лыжах		Упражнени я	
103, 104	Катание на лыжах	22 неделя 14.02-18.02	Эстафеты	
105, 106	Эстафеты на лыжах			
107	Военизированная игра <i>«Зарничка»</i>			
108, 109	Игра <i>«Попрыгунчики»</i>	23 неделя 21.02-25.02	Игра	Правила игры. Деление на группы. Ограничение игрового пространства Игры - эстафеты
110, 111	Игра <i>«Медвежья охота»</i>			
112	Игра <i>«Не зевай»</i>	24 неделя 28.02-04.03	Игра	
113	Игры - эстафеты			
114, 115	Игра <i>«Круговые салки»</i>			
116,	Разучивание игры <i>«Кружева»</i>			
117, 118	Лепка снежного городка	25 неделя 07.03-11.03		Игры с мячом: ловля, бросок, передача.
119, 120	Игры с мячом. Введение мяча.		Игра	

121	Разучивание игры « <i>Два Мороза</i> »	26 неделя 14.03- 18.03	Игра	Освоение быстроты реакции
122, 123	Игры с мячом		Игра	
124, 125	Разучивание игры « <i>К своим флажкам</i> »		Игра	
4 четверть – 45 занятий				
126- 130	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	27 неделя 28.03- 01.04	Игра	
131- 135	Прыжки со скакалкой (разучивание)	28 неделя 04.04- 08.04	Упражнени я	Эстафеты со скакалкой
136, 137, 138 139, 140	Разучивание игры « <i>Русская лапта</i> » Игра в салки	29 неделя 11.04- 15.04	Игра	Правила игры. Выбор водящего. «Игры-догонялки»
141, 142	Игра в догонялки		Игра	
143, 144	Разучивание игры		Игра	
145	Разучивание игры « <i>Охотник и зайцы</i> »	30 неделя 18.04- 22.04	Игра	Освоение быстроты реакции, точности.
146 147, 148	Игра « <i>Охотник и зайцы</i> » Эстафеты с мячом		Игра	
149, 150	Эстафеты со скакалкой		Соревновани я	
151, 152	Игра в пионербол	32 неделя 04.05- 13.05	Игра	Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Освоение быстроты реакции
153, 154	Игра в пионербол		Игра	
155	Игра « <i>Караси и щука</i> »		Игра	
156	Игра « <i>Не пропусти мяч</i> »	33 неделя 16.05- 20.05	Игра	Упражнения в метании мяча. Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Освоение быстроты реакции
157, 158	Метание в цель.		Упражнени я	
159	Легкоатлетический кросс		Кросс	
160	Разучивание игры « <i>Кто дальше бросит?</i> »	34 неделя 23.05- 30.05	Игра	Освоение быстроты реакции
161	« <i>Весёлые старты</i> »		Соревновани е	
162	Спортивный праздник.	34 неделя 23.05- 30.05	Эстафеты, игры	Освоение быстроты реакции
163- 164	Футбол			

165	Поход в лес.		Игры	
166-170	Эстафеты и игры по выбору детей		Эстафеты, игры	Игры на быстроту и выносливость Игры - эстафеты

Контрольно – измерительные материалы по кружку «Поиграйка»

№№ п/п	Виды	Формы	Темы работ
1 четверть	Картотека	Групповая	Упражнения для разминки
2 четверть	Картотека	Групповая	Игры с мячом
3 четверть	Проект	Индивидуальная	Любимые игры нашей семьи
4 четверть	Картотека	Групповая	Эстафеты
	Картотека	Групповая	Игры народов России

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики

«Утверждаю»

Директор школы: _____ /Г.Г. Фадеева/
Приказ № 209 от 30 августа 2021 г.

«Согласовано»

Зам. директора по ОД
_____ / О.А. Хвостенкова/

«Рассмотрено»

на заседании Методического совета
_____ / С. В. Пыренкова/
Протокол № 1 от 30 августа 2021 г.

Рабочая программа кружка «Поиграй-ка» для 4а класса

составлена учителем начальных классов
Сергеевой Людмилой Ивановной

Срок реализации: 2021 – 2022 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Поиграй-ка» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ п.Опытный», на основе авторской программы физического воспитания В.И. Ляха, А.А. Здаевича.

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья учащихся 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 учащихся;
- 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.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, 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.

У многих школьников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др. Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. **Игра способна** в значительной степени **обогатить и закрепить** двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и продолжают существовать.

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 – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры.

В программу курса «Поиграй -ка» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

Программа рассчитана на **170 занятий** (по 30 мин.) для обучающихся **4 класса – по 5 часов** в неделю.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результатом занятий в кружке «Поиграй-ка» 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;

Предметные результаты

Учащиеся должны:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
- 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;
- 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.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

Содержание курса внеурочной деятельности

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры различных народов». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

Календарно – тематическое планирование занятий кружка «Поиграй-ка» в 4 «А» классе

№ п/п	Темы занятий	Дата	Формы организации занятий	Основные виды деятельности
1 четверть (45 занятий)				
Разучивание русских народных игр на свежем воздухе. Игры- догонялки.				
1, 2	Русская народная игра «У медведя во бору»	1 неделя 02.09-04.09	Игра	Беседа: «Какие игры бывают» Инструктаж о поведении во время игр, о мерах безопасности
3, 4	Русская народная игра «Филин и птишка»		Игра	
5	Русская народная игра «Горелки»		Игра	
6	Русская народная игра «Горелки»	2 неделя 06.09-10.09	Игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования
7, 8	Русская народная игра «Кот и мышь»		Игра	
9, 10	Русская народная игра «Блуждающий мяч»		Игра	
11, 12	Русская народная игра «Уголки»	3 неделя 13.09-17.09	Игра	Ходьба на носках, на пятках, коротким, средним, длинным шагом
13, 14	Игры с мячом «Вышибалы»		Игра	
15	Разучивание игры «Кузнечики»		Игра	
16	Разучивание игры «Лови-бросай»	4 неделя 20.09-24.09	Игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования Разучивание игр.
17, 18	Разучивание игры «Лошадки»		Игра	
19,20	Легкоатлетический кросс		Кросс	
21, 22	Разучивание игры «Салки -приседалки»	5 неделя 27.09-01.10	Игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования Разучивание игр.
23, 24	Разучивание игры «Уголки»		Игра	
25	Разучивание игры на внимание «Класс, смирно!»		Игра	
26	Разучивание игры на внимание «Класс, смирно!»	6 неделя 04.10-08.10	Игра	Эстафеты
27, 28	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»		Игра	
29, 30	Игра с мячом «Охотники и утки»		Игра	
31, 32	Осенние весёлые старты	7 неделя 11.10-15.10	Соревнование	Эстафеты
33, 34	Игра «Казаки-разбойники»		Игра	
35	Весёлые старты со скакалкой		Соревнование	
36	Разучивание игры «Рыбачок»	8 неделя 18.10-22.10	Игра	Игры с прыжками
37, 38	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»		Игра	
39, 40	Разучивание игры «Караси и щуки»		Игра	

41, 42	Разучивание игры «Охотник и сторож»	9 неделя 25.10-29.11	Игра	Правила игры. Деление на группы. Ограничение игрового пространства Подвижные игры
43, 44	Разучивание игры «Совушка - сова»		Игра	
45	Разучивание игры «Удочка»		Игра	
2 четверть (35 занятий) Игры – поиски				
46	Разучивание игры «Удочка»	10 неделя 08.11-12.11	Игра	Подвижные игры Игры на внимание
47, 48	Разучивание игры «Перемена мест»		Игра	
49, 50	Разучивание игры «Круговая лапта»		Игра	
51, 52	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.	11 неделя 15.11-19.11	Игра	Игры на быстроту и выносливость
53, 54	Разучивание игры «Прыгай через ров»		Игра	
55	Разучивание игры «Найди пару»		Игра	
56	Разучивание игры «Мяч в воздухе»	12 неделя 22.11-26.11	Игра	Подвижные игры Игры- поиски
57, 58	Разучивание игры «Отгадай, кто подходил»		Игра	
59, 60	Разучивание игры «Третий лишний»		Игра	
61, 62	Разучивание игры «Ручеёк»	13 неделя 29.11-03.12	Игра	Подвижные игры
63, 64	Разучивание игры «Заяц без дома»		Игра	
65	Разучивание игры «Дедушка-рожок»		Игра	
66	Разучивание игры «Горелки»	14 неделя 06.12-10.12	Игра	Игры на быстроту и выносливость
67, 68	Разучивание игры «Слепой и зрячий»		Игра	
69, 70	Разучивание игры «Холодно- горячо»		Игра	
71, 72	Разучивание игры «Третий лишний»	15 неделя 13.12-17.12	Игра	Игры - эстафеты
73, 74	Эстафеты «Весёлые старты»		Соревнование	
75	Разучивание игры «Метко в цель»		Игра	
76	Разучивание новогодних игр	16 неделя 20.12-24.12	Игра	Подвижные игры
77, 78	Разучивание новогодних игр.		Игра	
79, 80	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.		Игра	
3 четверть (45 занятий) Зимние игры на площадке				
81, 82	Разучивание игры «Белые медведи»	17 неделя 10.01-14.01	Игра	Беседа о мерах безопасности во время катания на санках Игры – эстафеты, игры в снежки
83, 84	Катание на санках		Упражнения	
85	Катание на санках		Упражнения	
86	Катание на санках	18 неделя 17.01-21.01	Игра	Игры – эстафеты, игры в снежки
87, 88	Игра в снежки		Игра	
89, 90	Лепка снеговика			
91, 92	Катание на лыжах	19 неделя	Упражнения	

93, 94	Катание на лыжах	24.01-28.01	Упражнения	Беседа о мерах безопасности во время катания на лыжах Игры – эстафеты, игры в снежки
95	Эстафеты на санках		Эстафеты	
96	Эстафеты на санках	20 неделя 31.01-04.02	Упражнения	
97, 98	Катание на лыжах		Упражнения	
99, 100	Катание на лыжах	21 неделя 07.02-11.02	Эстафеты	
101, 102	Катание на лыжах			
103, 104	Эстафеты на лыжах			
105	Военизированная игра «Зарничка»	22 неделя 14.02-18.02	Игра	Правила игры. Деление на группы. Ограничение игрового пространства Игры - эстафеты
106, 107	Игра «Попрыгунчики»			
108, 109	Игра «Медвежья охота»			
110	Игра «Не зевай»			
111	Игры - эстафеты	23 неделя 21.02-25.02	Игра	
112, 113	Игра «Круговые салки»			
114, 115	Разучивание игры «Кружева»	24 неделя 28.02-04.03	Игра	Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Освоение быстроты реакции
116, 117	Лепка снежного городка			
118, 119	Игры с мячом. Введение мяча.			
120	Разучивание игры «Два Мороза»			
121	Игры с мячом			
122, 123	Разучивание игры «К своим флажкам»	25 неделя 07.03-11.03	Игра	
124, 125	Повторение изученных игр. Игры по выбору детей.			
126, 127,128, 129,130	Прыжки со скакалкой (разучивание) Игры - эстафеты	26 неделя 14.03-18.03 -23.04	Упражнения	Эстафеты со скакалкой
4 четверть – 40 занятий				
131,132, 133	Разучивание игры «Русская лапта» Игра в салки	27 неделя 04.04-08.04	Игра	Правила игры. Выбор водящего. «Игры-догонялки»
134, 135				
136, 137	Игра в догонялки	28 неделя 11.04-15.04	Игра	Освоение быстроты реакции, точности.
138, 139	Разучивание игры			

140	Разучивание игры «Охотник и зайцы»		Игра	
141 142, 143	Игра «Охотник и зайцы» Эстафеты с мячом	29 неделя 18.04-22.04	Игра	Правила игры. Выбор водящего. Передача эстафеты.
144, 145	Эстафеты со скакалкой		Соревнования	
146, 147	Игра в пионербол	30 неделя 25.04-29.04	Игра	Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Освоение быстроты реакции
148, 149	Игра в пионербол		Игра	
150	Игра «Караси и щука»		Игра	
151	Игра «Не пропусти мяч»	31 неделя 02.05-06.05	Игра	Упражнения в метании мяча.
152, 153	Метание в цель.		Упражнения	
154	Легкоатлетический кросс		Кросс	
155	Разучивание игры «Кто дальше бросит?»		Игра	Игры с мячом: ловля, бросок, передача. Освоение быстроты реакции
156, 157	«Весёлые старты»	32 неделя 10.05-13.05	Соревнование	
158, 159	Спортивный праздник.		Эстафеты, игры	
160	Футбол			
161	Поход в лес.	33 неделя 16.05-20.05	Игры	Игры на быстроту и выносливость Игры - эстафеты
162, 163, 164, 165	Эстафеты и игры по выбору детей		Эстафеты, игры	
166-170	Эстафеты и любимые игры по выбору детей	34 неделя 23.05-27.05	Эстафеты, игры	Игры на быстроту и выносливость Игры - эстафеты

Контрольно – измерительные материалы по кружку «Поиграйка»

№№ п/п	Виды	Формы	Темы работ
1 четверть	Картотека	Групповая	Упражнения для разминки
2 четверть	Картотека	Групповая	Игры с мячом
3 четверть	Проект	Индивидуальная	Любимые игры нашей семьи
4 четверть	Картотека	Групповая	Эстафеты
	Картотека	Групповая	Игры народов России

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского района Чувашской Республики

«Утверждаю»

Директор школы: _____ /Г.Г. Фадеева/
Приказ № 209 от 30 августа 2021 г.

«Согласовано»

Зам. директора по ОД
_____ / О.А. Хвостенкова/

«Рассмотрено»

на заседании Методического совета
_____ / С. В. Пыренкова/
Протокол № 1 от 30 августа 2021 г.

Рабочая программа кружка «Поиграй-ка» для 4б класса

составлена учителем начальных классов
Ивановой Ларисой Аркадьевной

Срок реализации: 2021 – 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа кружка «Поиграй-ка» составлена на основе Федерального государственного стандарта начального общего образования, Примерной основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ п. Опытный».

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

Задачи:

- ✓ укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движений, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ обучение умению работать индивидуально и в группе;
- ✓ развитие природных задатков и способностей обучающихся;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
- ✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Пособия для учителя:

1. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия»
2. Г.П. Болонов «Физкультура в начальной школе» методическое пособие –Творческий центр СФЕРА, Москва 2005

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, 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.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму.

Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии.

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.

Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игра – это не только важное средство воспитания, это неотъемлемая часть любой национальной культуры.

В программу кружка «Поиграй-ка» вошли: народные игры, распространённые в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов.

Программа рассчитана на 165 занятий длительностью 30 минут, по 5 занятий в неделю.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Результатом занятий в кружке «Поиграй-ка» 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

Обучающиеся 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

Обучающиеся 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 занятия подвижными играми;
- ✓ организовывать самостоятельную деятельность с учётом её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования;
- ✓ планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её 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 и рассудительность.

Предметные результаты

Обучающиеся должны:

- ✓ организовывать отдых и досуг с использованием разученных игр, элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- ✓ обобщать и углублять знания об истории и культуре народных игр;
- ✓ представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- ✓ формировать навыки здорового образа жизни;
- ✓ оказывать моральную помощь и посильную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- ✓ бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ в доступной форме объяснять технику выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- ✓ выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- ✓ применять жизненно важные двигательные навыки;
- ✓ разрабатывать свои подвижные игры.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОИГРАЙ-КА»

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость; воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры разных народов»: знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры»: совершенствование координации движений, развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе; воспитание инициативы, культуры поведения, творческого подхода к игре.

Простые и усложнённые игры-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и кончая сложными салками, когда одна команда догоняет другую. К таким играм относятся «Салки-приседалки», «Третий лишний», «Волк во рву» и др.

Игры-поиски: направлены на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомлённые центры. «Чего нет?», «Отгадай, кто подходил», «Холодно-горячо» и др.

Игры с быстрым нахождением своего места – это игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Такие игры развивают быстроту реакции, сообразительность, способность ориентироваться в пространстве.

Игры-хороводы – игры с изображением трудовых процессов («Уж мы сеяли лён, приговаривал...») и др.) с традициями быта, обрядами и ритуалами. Они приняли ругу, более современную форму и содержание, более близкие современным условиям жизни («Ходим кругом», «Золотые ворота»).

Зимние игры на снеговой площадке: способствуют развитию физических сил, психологической, эмоциональной разгрузке, выработке таких качеств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность, выносливость, смелость, коллективизм и др.

Настольные игры: лото, шахматы, детское домино. Способствуют развитию психических процессов.

Интеллектуальные игры – направлены на развитие интеллектуальных способностей: «Собери пословицу», «Наши любимые сказки», конкурс пословиц и поговорок, математическая эстафета.

Игры с сопротивлением и борьбой направлены на развитие силовых качеств, умения следовать алгоритму действий: «Пригибание руки», «Коршун и наседка», «Цепи», «Поймай последнего» и др.

Эстафеты: развивают умение соблюдать правила игры; воспитывают чувство коллективизма и ответственности; формируют навыки передвижения.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

4 класс

№ п/п	Темы занятий	Кол-во занятий	Дата	Формы организации занятий	Основные виды деятельности	
I четверть (45 занятий)						
Русские народные игры. Игры-догонялки.						
1,2	«У медведя во бору»	2		игра	Беседа: «Какие игры бывают». Инструктаж по т/б	
3,4	«Филин и пташка»	2		игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования.	
5,6	«Горелки»	2		игра		
7,8	«Кот и мышь»	2		игра		
9, 10	«Блуждающий мяч»	2		игра		
11,12	«Уголки»	2		игра		
13,14	«Вышибалы»	2		игра	Ходьба на носках, на пятках, коротким, средним, длинным шагом, прыжки.	
15,16	«Классики»	2		игра		
17,18	«Метко в цель»	2		игра	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Подвижные игры, соревнования.	
19, 20	Легкоатлетический кросс	2		кросс		
21, 22	«Салки-приседалки»	2		игра		
23	«Салки с домом»	1		игра		
24, 25	«Класс, смирно!»	2		игра		
26, 27	«Море волнуется – раз»	2		игра		
28, 29	«Охотники и утки»	2		игра		
30, 31	Осенние весёлые старты	2		соревнование		
32, 33	«Волк во рву»	2		игра		Эстафеты
34, 35	«Царь-горох»	2		игра		
36	Весёлые старты со скакалкой	1		соревнование	Знакомство с правилами игры. Игры с прыжками. Деление на команды. Ограничение игрового пространства. Подвижные игры.	
37	«Попрыгунчики-воробушки»	1		игра		
38, 39	«Рыбачок»	2		игра		
40, 41	«Белки, волки, лисы»	2		игра		

42, 43	«Охотник и сторож»	2		игра	
44	«Совушка-сова»	1		игра	
45	«Удочка»	1		игра	
II четверть (35 занятий)					
Игры-поиски					
46	«Удочка»	1		игра	Подвижные игры на внимание
47, 48	«Перемена мест»	2		игра	
49, 50	«Чего нет?»	2		игра	
51, 52	Игры по выбору	2		игра	Игры на быстроту и выносливость
53, 54	«Прыгай через ров»	2		игра	
55, 56	«Найди пару»	2		игра	
57, 58	«Отгадай, кто подходил»	2		игра	Игры-поиски
59, 60	«Третий лишний»	2		соревнование	
61, 62	«Ручеёк»	2		игра	
63, 64	«Заяц без дома»	2		игра	
65, 66	«Яша и Маша»	2		игра	
67, 68	«Слепой и зрячий»	2		игра	Подвижные игры, деление на пары
69, 70	«Холодно-горячо»	2		игра	
71, 72	«Третий лишний»	2		соревнование	Игра в команде
73, 74	«Весёлые старты»	2		соревнование	
75	«Метко в цель»	1		соревнование	
76 - 78	Новогодние игры	3		игра	Подвижные игры, действие по правилам игры
79, 80	Игры по выбору	2		игра	
81, 82	«Белые медведи»	2		игра	
III четверть (50 занятий)					
Зимние игры на площадке					
83, 84	Катание на санках	2		упражнения	Инструктаж по т/б во время зимних игр, во время катания на санках. Соревнования, лепка.
85,86	Катание на санках	2		упражнения	
87, 88	«Игра в снежки»	2		игра	
89, 90	«Лепка снеговика»	2		лепка	
91,92	Катание на лыжах	2		упражнения	Инструктаж по т/б во время катания на лыжах. Игры-эстафеты, игры в снежки. Следование правилам игры.
93, 94	Катание на лыжах	2		упражнения	
95, 96	Эстафеты на санках	2		эстафета	
97, 98	Катание на лыжах	2		упражнения	
99,100	Катание на лыжах	2		упражнения	
101,102	Катание на лыжах	2		упражнения	
103,104	Эстафеты на лыжах	2		эстафета	
105-107	Игры-эстафеты	3		соревнование	
108,109	Эстафеты на лыжах	2		эстафета	
110	«Зарничка»	1		игра	
111, 112	Хоккей	2		игра	Деление на команды. Следование правилам игры, правилам взаимовыручки в командах. Ограничение игрового пространства.
113,114	Хоккей	2		игра	
115,116	Хоккей	2		игра	
117	Игры-эстафеты	1		эстафета	
118,119	Хоккей	2		игра	
120	«Попрыгунчики-воробушки»	1		игра	Игры с мячом: бросок, ловля, ведение мяча, передача. Освоение быстроты реакции.
121,122	Лепка «Снежного городка»	2		лепка	
123,124	Игры с мячом. Ведение мяча.	2		игра	
125	«Два Мороза»	1		игра	
126,127	Игры с мячом	2		игра	

IV четверть (40 занятий)					
128	«К своим флажкам»	1		игра	
129,130	Игры по выбору	2		игра	
131,132, 133,134	Прыжки со скакалкой	4		упражнения	прыжки со скакалкой
Настольные игры					
135	Лото	1		игра	Игры, способствующие развитию мышления, внимания, памяти, сообразительности
136	Шахматы	1		игра	
137	Детское домино	1		игра	
Интеллектуальные игры					
138	Викторина «Собери пословицу»	1		игра	Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей.
139	Викторина «Наши любимые сказки»	1		игра	
140	Конкурс пословиц и поговорок	1		игра	
141	Математическая эстафета	1		игра	
Игры с сопротивлением и борьбой					
142	«Пригибание руки»	1		игра	Игры, направленные на развитие силовых качеств, умения следовать алгоритму действий.
143	«Коршун и наседка»	1		игра	
144	«Цепи»	1		игра	
145	«Поймай последнего»	1		игра	
Игры-хороводы					
146	«Уж мы сеяли лён»	1		игра	Имитация трудовых процессов
147	«Ходим кругом»	1		игра	
148	«Золотые ворота»	1		игра	
Игры с быстрым нахождением своего места					
149	«Шишки, жёлуди, орешки»	1		игра	Игры на быстроту, выносливость, внимание, командное взаимодействие
150	«Заяц без дома»	1		игра	
151, 152	«Русская лапта»	2		игра	
153, 154	Пионербол	2		игра	
155, 156	«Метание в цель»	2		соревнование	
157	Л/а кросс	1		игра	
158	«Кто дальше бросит»	1		игра	
159, 160	«Весёлые старты»	2		соревнование	
161	Спортивный праздник	1		эстафета, соревнование	
162,163	Футбол	2		игра	
164-167	Игры на спортивной площадке	4		игра	
168-170	Игры по выбору	3		игра, эстафета	

Контрольно-измерительные материалы по курсу «Поиграй-ка»

	Виды	Формы	Темы работ
1 четверть	Картотека	Групповая	Упражнения для разминки
2 четверть	Картотека	Групповая	Игры с мячом
3 четверть	Презентация	Индивидуальная	Моя любимая игра

4 четверть	Картотека	Групповая	Эстафеты
4 четверть	Картотека	Групповая	Игры народов Чувашии