

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Александро-Ершинская средняя школа**

«СОГЛАСОВАНО»
«_22_» 08. 2024
_____ /Л. Е. Янцевич/

«УТВЕРЖДАЮ»
Приказ № 059_от «_22_» 08. 2024
_____ Директор школы
Т.Д.Шевченко

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Поиграйка»
для 1 класса

Составитель рабочей программы:
Проявченко Галина Михайловна
учитель физической культуры

Пояснительная записка

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373, зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г., регистрационный номер 17785) с изменениями (утверждены приказом Минобрнауки России от 26 ноября 2010 г. № 1241, зарегистрированы в Минюсте России 4 февраля 2011 г., регистрационный номер 19707);

Настоящая программа разработана на основе «Примерные программы внеурочной деятельности» Москва «Просвещение» 2011г.

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

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры.

Дети научатся

играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели; знать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Содержание учебного курса внеурочной деятельности

- **Введение**

Знакомство с правилами поведения в спортивном зале и формой одежды. Техника безопасности на уроках.

Тематическое планирование

Внеурочная деятельность 1 класс- 34 часа 2024-2025

№	Тема занятия	Форма занятий	Сроки проведения По плану\факт
1	Понятие « подвижные игры ».	Понятие « Подвижные игры». В чем суть подвижных игр. Ценность их. Какие бывают подвижные игры.	
2	Техника безопасности на занятиях и соревнованиях	Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять	
3	Игра «Переправа с досками»	Правила игры. Проведение игры.	
4	Русская народная игра «Кот и мышь». Игры догонялки	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	
5	Эстафета	Проведение эстафеты	
6	Игра «Выбей из круга»	Правила игры. Проведение игры.	
7	Настольные игры	Знакомство с настольными играми	
8	Детское домино	Правила игры	
9.	Шашки	Правила игры	
10	Игры на развитие воображения.	Проведение игр	
11	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Ну-ка, отгадай»	
12	Народная игра «Катание мяча»	Проведение игры	
13	Эстафета с обручем	Проведение эстафеты	
14	Игра «Море волнуется – раз»	Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики.	
15	Прыжки со скакалкой	Проведение	
16	Игра «Светофор»	Проведение игры.	
17	Математическая игра	Проведение игры.	
18	Ребус спорт	Разгадывание ребусов	
19	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	Правила игры. Проведение игры.	
20	Игра «Метко в цель»	Проведение игры	
21	Вышибалы.	Правила игры. Проведение игры.	
22	Игра «Совушка».	Правила игры. Проведение игры.	
23	Игра «Удочка»	Игры со скакалкой, мячом.	
24		Построение. Строевые упражнения перемещение.	
25	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	
26	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации	

		движений.	
27	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
28	Баскетбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину.	
29	Игра «Красочки»	Проведение игры.	
31	Игра «Шапка-невидимка»	Правила игры	
32	Игра «Горячо-холодно»	Проведение игры	
33	Игра «Прыжки через ров»	Правила игры.	
34	Промежуточная аттестация	Проведение игры. Эстафета	

Использованная литература:

1. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя /Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
2. Коротков И.М. Подвижные игры во дворе. М. : Знание, 1987.
3. Физическая культура. В.И.Лях. Традиционная система. Сборник программ для четырёхлетней начальной школы. М.: «Просвещение». 2008г.
4. Спортивные игры. / Под редакцией Ю.И. Портных. М. : Ф и С, 1975.