

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №74»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
№74»

_____/ Рудева А.А.
Протокол №1
от 24.08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УР

_____/Жабина Г.В.
24.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Гимназия

_____/ Т. В. Евдокимова
Приказ № 322-осн
от 01.09. 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности

«Играй-ка»

для 2 класса начального общего образования
на 2022/2023 учебный год

Составители:

Колесникова Ирина Владимировна,
учитель начальных классов
Пастушкова Вера Петровна,
учитель начальных классов
Кобыленко Марина Вячеславовна,
учитель начальных классов
Гильгинберг Людмила Викторовна,
учитель начальных классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Играй-ка» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Программа внеурочной деятельности носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияние на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:
 - а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),
 - б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений .

Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- упражнениям сохранения зрения.

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке».

Подвижные игры: «Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», «Космонавты», «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения: «Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», «Ору с использованием скороговорок», «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками. Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры»

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки

форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Формы и виды деятельности

- игровая;
- познавательная;
- конкурсы;
- спортивные праздники.

Формы учета оценки планируемых результатов

1. Опрос
2. Наблюдение
3. Анкетирование

Тематическое планирование

№	Название разделов	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Народные игры	6	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola 4. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»: http://festival.1september.ru 5. Методические пособия и рабочие программы учителям начальной школы:
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6	
3	Подвижные игры	14	
4	Спортивные игры	3	
5	Спортивные праздники	5	

			http://nachalka.com 6.Сетевое сообщество педагогов: http://rusedu.net 7.Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (http://school-collection.edu.ru).
ИТОГО		34	

Поурочное тематическое планирование

№ уро-ка	Название разделов и тем	Сроки изучения план	Сроки изучения факт
Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи			
1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».		
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны», «Запомни- порядок»		
3	Игры на развитие памяти.		
4	Игры на развитие воображения.		
5	Игры на развитие памяти.		
6	Игры на развитие мышления и речи.		
Народные игры			
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки».		
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами».		
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун».		
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».		
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей».		
12	Русская народная игра « Удар по веревочке».		
Подвижные игры			
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты».		
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами.		
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.		
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».		
17	Весёлые старты со скакалкой.		
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде».		
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву».		
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам».		
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».		

22	Эстафеты с санками и лыжами.		
23	Игры на лыжах «Биатлон».		
24	Игры зимой: «Охота на куропаток».		
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов».		
26	Игра «Салки с мячом».		
Спортивные игры			
27	Футбол.		
28	Футбол.		
29	Футбол.		
Спортивные праздники			
30	Спортивный праздник.		
31	Весёлые старты		
32	Олимпийские игры.		
33	Большие гонки.		
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр».		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы» / Н.И. Дереклеева. - М. : «ВАКО», 2007. – 152 с.
2. Патрикеев, А. Ю. Подвижные игры : 1-4 классы [Текст]: методика проведения. Игры на улице и в помещении. Игры с предметами и без. Игры для физкультминуток / авт.-сост. А. Ю. Патрикеев. - М. : ВАКО, 2007. - 176 с.
3. Патрикеев А.Ю. «Зимние подвижные игры 1-4 классы» / А.Ю.Патрикеев. - М. : ВАКО», 2009. – 176 с.
4. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой» / Г.П. Попова. - Волгоград: «Учитель», 2008. – 173 с.