

Министерство просвещения Российской Федерации  
Министерство образования Красноярского края  
Филиал МКОУ «Кемчугская СОШ имени М.А.Хлебникова»  
«Косачинская ООШ»

Рассмотрено	Согласовано	Утверждено
Педагогическим	и.о.директора филиала	и.о.директора МКОУ
Советом	_____	«Кемчугская СОШ
Протокол №5 от	И.С.Семёнова	имени М.А.Хлебникова»
«30» августа 2023г.	«30» августа 2023г	_____ Е.В.Вильток

Приказ №81 от «31» 08.2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**«Поиграй-ка»**  
**(1-4 классы)**

п.Косачи  
2023.

## Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы.

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.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников 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 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 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

Кружок «Поиграй-ка» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

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. В факультативный курс «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.

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.

### Место в учебном плане.

Программа рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 25 минут. В первом-четвёртом классах– 34 занятия.

Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Ценностными ориентирами содержания** данного факультативного курса

являются:

– формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;

- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;
- привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

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

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников 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 учащихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- 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;

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты**

**Личностными результатами** 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** кружка «Поиграй-ка» 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).

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

**Режим занятий:**

В 1-4 классах начальной школы занятия продолжительностью 40 минут проводятся 1 раз в неделю.

**Коммуникативные универсальные учебные действия** обеспечивают социальную компетентность и учёт позиции других людей, партнёров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

К коммуникативным действиям относятся:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

### **Содержание курса**

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила. Игра «Салки-приседалки», «Салки с домом», «У медведя на бору», «Дедушка Мазай», «Рыбачок», «Уголки», «Узелок», «Третий лишний», «Волк во рву», «Два Мороза», «День и ночь».
2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры. Игра «Чего нет?». Поиск исчезнувшего предмета, «Отгадай, кто подходил?», «Яша и Маша», «Слепой и зрячий», «Холодно-горячо».
3. *Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.
4. *Игры-хороводы*. Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов («Уж мы сеяли лен, приговаривали» и др.), с традициями быта, обряда и ритуалами, устарели и остались как фольклорные игры тех

времен. Но совсем хороводы не исчезли: они приняли другие, более современную форму и содержание, более близкие современным условиям жизни, остались и старые хороводы с несколько измененным содержанием. Игра «Ходим кругом», Игра «Золотые ворота».

5. *Зимние игры на снеговой площадке.* В этот радел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др. Игра в снежки, лепка снежных баб.
6. *Настольные игры.* Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи. Лото, шахматы, детское домино.
7. *Интеллектуальные игры.* Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе. Викторина «Собери пословицу», «Наши любимые сказки». Конкурс пословиц и поговорок. Математическая эстафета.
8. *Игры с сопротивлением и борьбой.* Игры направленные на развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий. Игра «Пригибание руки», «Коршун и наседка», «Цепи», «Поймай последнего

### Тематическое планирование

Содержание курса	Тематическое планирование	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся
Простые и усложненные-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, в которых одна команда догоняет	<b>Игры-догонялки</b>	<b>7</b>	<p><u>Воспроизводить</u> заданный учителем образец выполнения алгоритма</p> <p><u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения</p>

<p>другую, разные условия и разные правила. Игра «Салки-приседалки», «Салки с домом», «У медведя на бору», «Дедушка Мазай», «Рыбачок», «Уголки», «Узелок», «Третий лишний», «Волк во рву», «Два Мороза», «День и ночь».</p>			
<p>Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры. Игра «Чего нет?». Поиск исчезнувшего предмета, «Отгадай, кто подходил?», «Яша и Маша», «Слепой и зрячий», «Холодно-горячо».</p>	<p><b>Игры - поиски</b></p>	<p><b>4</b></p>	<p><u>Осознавать</u> внутреннюю позицию на уровне положительного отношения к школе. <u>Слушать и понимать</u> речь других людей. Совместно <u>договариваться</u> о правилах общения с одноклассниками и сотрудниками школы</p>
<p>В этот раздел входят игры,</p>	<p><b>Игры с быстрым</b></p>	<p><b>3</b></p>	<p><u>Моделировать:</u> использовать готовую модель (пример</p>



<p>в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве. Игра «Море волнуется!», «Птицы, на гнезда!», «Гусек»</p>	<p><b>нахождением своего места</b></p>		<p>учителя) в целях умения применять алгоритм предложенных действий</p>
<p>Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов («Уж мы сеяли лен, приговаривали» и др.), с традициями быта, обряда и ритуалами, устарели и остались как фольклорные игры тех времен. Но совсем хороводы не исчезли: они приняли другие, более современную форму и содержание, более близкие современным условиям жизни, остались и старые хороводы с несколько измененным содержанием. Игра «Ходим</p>	<p><b>Игры-хороводы</b></p>	<p><b>3</b></p>	<p><u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения</p>

кругом», Игра «Золотые ворота»			
<p>В этот радел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др. Игра в снежки, лепка снежных баб.</p>	<b>Зимние игры на снеговой площадке</b>	<b>2</b>	<u>Соотнести</u> заданное задание с возможными вариантами его исполнения, выбирая из предложенных способов
<p>Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи. Лото, шахматы, детское домино.</p>	<b>Настольные игры</b>	<b>6</b>	<u>Моделировать</u> соответствующую ситуацию с помощью предложенных видов игр
<p>Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе.</p>	<b>Интеллектуальные игры</b>	<b>6</b>	<u>Воспроизводить</u> способы выполнения действий с опорой на модели <u>Слушать и понимать</u> речь других людей.

Викторина «Собери пословицу», «Наши любимые сказки». Конкурс пословиц и поговорок. Математическая эстафета.			
Игры направленные на развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий. Игра «Пригибание руки», «Коршун и наседка», «Цепи», «Поймай последнего».	<b>Игры с сопротивлением и борьбой</b>	<b>3</b>	<u>Слушать и понимать</u> речь других людей. Совместно <u>договариваться</u> о правилах общения с одноклассниками <u>Устанавливать</u> взаимосвязь между установленными правилами и способами их выполнения

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</b>
<b>1.</b>	<b>Основная литература для учителя</b>
<b>1.1.</b>	<b>Стандарт начального общего образования по физической культуре</b>
<b>1.2.</b>	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008.
<b>1.3.</b>	<b>Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2006.</b>
<b>1.4.</b>	<b>Рабочая программа по физической культуре</b>
<b>2.</b>	<b>Дополнительная литература для учителя</b>
<b>2.1.</b>	<b>Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»</b>
<b>2.2.</b>	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
<b>2.3.</b>	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
<b>2.4.</b>	Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006
<b>3.</b>	<b>Дополнительная литература для обучающихся</b>
<b>3.1.</b>	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.
<b>4.</b>	<b>Технические средства обучения</b>
4.1.	Магнитофон
4.2.	Аудиозаписи
<b>5.</b>	<b>Учебно-практическое оборудование</b>
5.1.	Козел гимнастический
5.2.	Канаты для лазанья
5.3.	Комплект навесного оборудования (перекладина, баскетбольные щиты)
5.4.	Стенка гимнастическая
5.5.	Скамейки гимнастические жесткие

5.6.	Мячи: набивные, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
5.7.	Скакалки
5.8.	Маты гимнастические
5.9.	Гимнастический подкидной мостик
5.10.	Кегли
5.11.	Обручи
5.12.	Планка для прыжков в высоту
5.13.	Стойка для прыжков в высоту
5.14.	Лыжи
5.15.	Сетка волейбольная
5.16.	Аптечка