Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

|  |
| --- |
| « Утверждаю»  И.о директора МБОУ ТСОШ №3  Приказ от 31.08 2020 г.№ 95  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.А.Бударин |

|  |
| --- |
|  |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

**«Подвижные казачьи игры»**

(Спортивно-оздоровительное направление)

Уровень образования: начальное общее образование, 4 класс

Количество часов: **1 час**, за год **32 часа**.

Учитель: **Войнова Галина Анатольевна**

Программа разработана на основе «Примерной программы внеурочной деятельности» под редакцией В.В. Ходарева г. Ставрополь ТОО «ЦПИК» 2016 г, в соответствии с требованиями ФГОС НОО.

ст. Тацинская

2020-2021 учебный год.

**1.1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**1.1.Предметные результаты.**

- повысить уровень своей физической подготовленности;

- приобрести навыки и умения по изучаемым разделам программы;

- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранных казачьих и обрядовых подвижных игр;

- уметь использовать их в условиях соревновательной деятельности иказачьих праздников;

- уметь играть в обрядовые и подвижные игры донского казачества;

- бережно относиться к своей малой родине, к прошлому и настоящему, к памятникам культуры и искусства;

- изучить традиции казачества;

- быть наблюдательными, активными, прилежными в учебном труде, добросовестными, трудолюбивыми, отзывчивыми.

**1.2.Метапредметные результаты.**

**1.2.1. Познавательные**

-проверить умение самостоятельно выбирать нужную информацию.

**-**учиться определять цель деятельности с помощью учителя;

-учиться совместно давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке;

-учиться отличать верно выполненное задание от неверного

**1.2.2. Регулятивные**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.

- проговаривать последовательность действий .

- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией.

- учиться работать по предложенному учителем плану.

- учиться отличать верно выполненное задание от неверного.

- учиться совместно с учителем и другими обучающимися давать эмоциональную оценку деятельности товарищей

**1.2.3. Коммуникативные**

проверить умение оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом речевых ситуаций, высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновывать, приводя аргумент.

**1. 3. Личностные результаты**

-планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

-самостоятельно оценивать правильность выполнения действий;

-снижение заболеваемости;

-формировать физические качества;

-воспитывать культуру общения;

- воспитывать любовь и уважение к окружающим;

- сблизить и сплотить детский коллектив;

- развивать самооценку у младших школьников;

- научить анализу собственных действий и поступков;

- научить планированию действий;

- развивать устную речь учащихся;

- развивать творческие способности;

- привить интерес к чтению дополнительной литературы и публикаций.

**Требования к учащимся:**

- соблюдать технику безопасности при проведении занятий;

- строго соблюдать и выполнять правила игр;

- не допускать конфликтных ситуаций во время игр;

- участвовать в казачьих спортивных праздниках, конкурсах, эстафетах, соревнованиях.

**2.** **Содержание внеурочной деятельности с указание форм организации и видов деятельности.**

**Теоретическая часть**

***Введение. Знакомство с  кружком  и его  программой .***

Ценность  кружка , его задачи,  программа , темы.

***Понятие « подвижные   игры »***

Понятие « Подвижные   игры ». В чем суть  подвижных   игр . Ценность их. Какие бывают  подвижные   игры .

***История возникновения  подвижных   игр***

Как возникли  подвижные   игры . Какие народы играли. Связь с олимпийскими играми.

***История возникновения национальных игр народов Дона***

Место нашего проживания в регионе. Как возникли национальные игры. Отличие от простых  подвижных   игр . Зачем нужны национальные игры.

***Техника безопасности на занятиях и соревнованиях***

Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять

***Правила игр и техника безопасности в играх***

Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Целесообразность применения правил.

***Самостоятельный поиск игр детьми***

Работа со справочной литературой. Усовершенствование правил игр, выбор разного приме

нения тех или иных игр.

**Практическая часть  включает  3 раздела:**

***Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов***

*Мышеловка. Горелки. Коршун и наседка. Не оступись. Штурм зимнего бастиона. Салки со снежками. Два Мороза. Меткий стрелок. Цепи кованные.Лада. Третий лишний. Цветные автомобили. Ручеёк. Поезд. Весёлые эстафеты. «Ловишка в кругу». Кто самый ловкий? Линейная эстафета с бегом. Лада. Цепи кованные.*

***Подвижные   игры  с применением спортивных снарядов***

*Бег за флажками (флажки). Перебежки с выручкой (кегли). Удочка (веревочка с мешочком на конце или скакалка). Снайперы (малые мячи, городки).Охотники и утки (малый мяч).Эстафета склюшками. Недавай мяч водящему. Футбол. Пионербол. Лапта.Мини-футбол.*

***Игры казаков.***

|  |
| --- |
| *Игра «Чехорда» Линейная эстафета с бегом. Игра «Городки». Пятнашки от земли с мячом. Пятнашки казаков. Прыжки под длинную веревку. Игра с веревкой . Прыжок за прыжком. Перетягивание с помощью ремня «Догони и коснис»ь. Перетягивание каната. Игры с шашкой.» « Надень папаху .«Схоронички»* . *Пятнашки с маршем. «Как по морю».Казачий круг.* |

**3. Календарно – тематическое планирование.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Тема*** | ***Кол-во часов*** | ***Дата*** |
|  |
| *1* | Введение. Знакомство с программой. Понятие «Подвижные казачьи  игры ». История возникновения  подвижных  игр. Правила игр и техника безопасности в играх. | *1* | 01.09 |
| 2 | Мышеловка. Горелки. Коршун и наседка. Не оступись. | 1 | 08.09 |
| 3 | Штурм зимнего бастиона. Салки со снежками. | 1 | 15.09 |
| 4 | Два Мороза. Меткий стрелок. | 1 | 22.09 |
| 5 | Цепи кованные. Лады. | 1 | 29.09 |
| 6 | Третий лишний. Цветные автомобили. | 1 | 06.10 |
| 7 | Ручеёк. Поезд. | 1 | 13.10 |
| 8 | Весёлые эстафеты. «Ловишка в кругу». | 1 | 20.10 |
| 9 | Линейная эстафета с бегом «Кто самый ловкий? | 1 | 10.11 |
| 10 | Лада. Цепи кованные. | 1 | 17.11 |
| 11 | Игра «Чехарда» Линейная эстафета с бегом. | 1 | 24.11 |
| 12 | Игра «Городки» | 1 | 01.12 |
| 13 | Пятнашки от земли с мячом. Пятнашки казаков. | 1 | 08.12 |
| 14 | Прыжки под длинную веревку | 1 | 15.12 |
| 15 | Игра с верёвкой . Прыжок за прыжком. | 1 | 22.12 |
| 16 | Перетягивание с помощью каната.Догони и коснись. | 1 | 29.12 |
| 17 | Строевая подготовка. | 1 | 19.01 |
| 18 | Строевая подготовка. | 1 | 26.01 |
| 19 | Строевая подготовка. | 1 | 02.02 |
| 20 | Конкурс «Ратен в бою, статен в строю» | 1 | 09.02 |
| 21 | Перебежки с выручкой. Снайперы. | 1 | 16.02  **(23.02)** |
| 22 | Бег за флажками. Удочка. | 1 | 02.03 |
| 23 | Перестрелка. Мяч с четырех сторон. | 1 | 09.03 |
| 24 | Снайперы. Эстафета с клюшками. | 1 | 16.03 |
| 25 | Не давай мяч водящему. Охотники и утки. | 1 | 06.04 |
| 26 | Футбол. | 1 | 13.04 |
| 27 | Пионербол. | 1 | 20.04 |
| 28 | Лапта. | 1 | 27.04 |
| 29  30 | Мини-футбол | 2 | 04.05  11.05 |
| 31 | Самостоятельный поиск игр детьми. | 1 | 18.05 |
| 32 | Техника безопасности на соревнованиях. Казачья спартакиада «Мал да удал» | 1 | 25.05 |

|  |  |
| --- | --- |
| Согласовано  Протокол заседания ШМО  учителей начальных классов  от 27.08.2020 г №1  Руководитель ШМО:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Кушнарёва И.А | Согласовано  Протокол заседания  методического совета  МБОУ ТСОШ №3  от 28.08.2020 г № 1  Зам. директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_Сизова Н.Ю |

3 класс:

|  |
| --- |
| *Пятнашки с мячом. Бег на выдохе. Бег с палкой – «копьем» (палка).  Не замай. Сторожевые. Игра с веревкой (веревка длиной 3-3,5 м). Прыжки под длинную веревку. Борьба спинами стоя (маты). «Хоровод с подснежниками». Перетягивание палки (палка длиной 60-80 см, толщиной 4-5 см). Перетягивание каната (канат – веревка длиной 20 м, толщиной 3-4 см). игра-поиск -Атаманов клад. Медведь (длинная веревка, посреди которой сделана петля). Игры с шашкой (палка). «Гори–гори,  ясно».Игра «Схоронички».* |

**Практическая часть  включает  3 раздела:**

***Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов***

3 класс:*Подвижные   игры . День и ночь. Кто обгонит? Шутливая эстафета. Линейная эстафета с бегом. Пятнашки маршем. Эстафеты с прыжками. Западня. Компас. Бой петухов. Бездомный заяц. Линейная эстафета с бегом. Караси и щуки. Вызов номеров. По звериным следам. Великан. Совушка.  Белки, волки, лисы. Удочка.  Перемена мест. Море волнуется – раз.  Прыгай через ров. Пятнашки с передачей.*

4 класс:*Мышеловка. Горелки. Коршун и наседка. Не оступись. Штурм зимнего бастиона. Салки со снежками. Два Мороза. Меткий стрелок. Цепи кованные.Лада. Третий лишний. Цветные автомобили. Ручеёк. Поезд. Весёлые эстафеты. «Ловишка в кругу». Кто самый ловкий? Линейная эстафета с бегом. Лада. Цепи кованные.*

***Подвижные   игры  с применением спортивных снарядов***

3  класс :*Гонка мячей по кругу (волейбольные мячи). Выиграть время (мешочки с песком).*  *Подвижная  цель (волейбольный мяч). Охотники и утки (волейбольный мяч). Попади в мяч (волейбольный и малый мячи). Салки – ноги от земли (скамейка, гимнастическая стенка, маты).Альпинисты (гимнастическая стенка, бревно, маты). Эстафета с лазанием и перелезанием(бревно, гимнастическая стенка). Футбол( футбольный мяч). Крепость. Эстафета «под обстрелом». Попади в городок. Игра с веревкой. Перетягивание каната. Кто самый ловкий? Пионербол. Побеждают ловкие. Эстафета на горке.*

4 класс: *Бег за флажками (флажки). Перебежки с выручкой (кегли). Удочка (веревочка с мешочком на конце или скакалка). Снайперы (малые мячи, городки).Охотники и утки (малый мяч).Эстафета склюшками. Недавай мяч водящему. Футбол. Пионербол. Лапта.Мини-футбол.*

***Игры казаков.***

4 класс:

|  |
| --- |
| *Игра «Чехорда»Линейная эстафета с бегом. Игра «Городки». Пятнашки от земли с мячом. Пятнашки казаков. Прыжки под длинную веревку. Игра с веревкой . Прыжок за прыжком. Перетягивание с помощью ремняДогони и коснись. Перетягивание каната. Игры с шашкой.» « Надень папаху» .«Схоронички»* . *Пятнашки с маршем. «Как по морю».Казачий круг .* |

**Знания и умения:**

**Знать:**

       историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;

       основы техники безопасности во время занятий ;

       роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека;

       правила и последовательность выполнения упражнений, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки;

       методику судейства соревнований по спортивным играм;

       характерные спортивные травмы и их предупреждение;

       правила оказания первой доврачебной помощи;

       правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта);

       понятие о силе воли и спортивном характере;

**Уметь**:

       выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);

       осуществлять индивидуальные и групповые действия в  подвижных  играх ; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни ;

       активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

       общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

       бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

       обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий  подвижными   играми ;

       видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

       оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

       управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

       объяснять в доступной форме правила (технику) выполнения  подвижных  игр , двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

       оказывать первую доврачебную помощь;

       анализировать технику своего бега и определять ошибки;

       подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;

       работать в составе судейских бригад школьных соревнований;

       владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр;

**3 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | ***Наименование разделов и дисциплин*** | ***Кол-во часов*** | ***Дата*** | |
|  | |  |
| **I** | **Введение. Знакомство с  кружком  и его  программой Понятие « Подвижные   игры ». История возникновения  подвижных   игр. Правила игр и техника безопасности в играх.** | ***1*** | |  |
| **II** | **История возникновения национальных игр народов Дона.  Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.** | ***1*** | |  |
| **III** | **Подвижные   игры  без применения спортивных снарядов.** | ***10*** | |  |
| *1.* | *Подвижные   игры . День и ночь. Кто обгонит? Шутливая эстафета.* | ***1*** | |  |
| *2.* | *Линейная эстафета с бегом. Пятнашки маршем.* | ***1*** | |  |
| *3.* | *Техника безопасности на занятиях. Эстафеты с прыжками. Западня. Компас.* | ***1*** | |  |
| *4.* | *Правила игр и техника безопасности в играх. Бой петухов. Бездомный заяц.* | ***1*** | |  |
| *5.* | *Линейная эстафета с бегом. Караси и щуки. Вызов номеров* | ***1*** | |  |
| *6.* | *По звериным следам. Великан.* | ***1*** | |  |
| *7.* | *Совушка.  Белки, волки, лисы.* | ***1*** | |  |
| *8.* | *Удочка.  Перемена мест.* | ***1*** | |  |
| *9.* | *Море волнуется – раз.  Прыгай через ров.* | ***1*** | |  |
| *10.* | *Пятнашки с передачей.* | ***1*** | |  |
| **IV** | **Подвижные игры народов Дона.**  **Правила игр и техника безопасности в играх.** | ***10*** | |  |
| *1.* | *Пятнашки с мячом.* | ***1*** | |  |
| *2.* | *Бег на выдохе. Бег с палкой – «копьем» (палка).* | ***1*** | |  |
| *3.* | *Игра с веревкой (веревка длиной 3-3,5 м). Прыжки под длинную веревку.* | ***1*** | |  |
| *4.* | *Борьба спинами стоя (маты). «Хоровод с подснежниками».* | ***1*** | |  |
| *5.* | *Перетягивание палки (палка длиной 60-80 см, толщиной 4-5 см). Перетягивание каната (канат – веревка длиной 20 м, толщиной 3-4 см).* | ***1*** | |  |
| *6.* | *Иигра-поиск -Атаманов клад.* | ***1*** | |  |
| *7.* | *Медведь (длинная веревка, посреди которой сделана петля).* | ***1*** | |  |
| *8.* | *Игры с шашкой (палка).* | ***1*** | |  |
| *9.* | *«Гори–гори,  ясно».Игра «Схоронички».* | ***1*** | |  |
| *10.* | *Не замай. Сторожевые.* | ***1*** | |  |
| **V** | **Подвижные   игры  с применением спортивных снарядов.** | ***9*** | |  |
| *1.* | *Техника безопасности на занятиях. Гонка мячей по кругу. Выиграть время.* | ***1*** | |  |
| *2.* | *Подвижная цель. Охотники и утки.* | ***1*** | |  |
| *3.* | *Салки – ноги от земли. Попади в мяч.* | ***1*** | |  |
| *4.* | *Крепость. Эстафета «под обстрелом». Попади в городок.* | ***1*** | |  |
| *5.* | *Футбол.* | ***1*** | |  |
| *6.* | *Альпинисты. Эстафета с лазанием и перелезанием.* | ***1*** | |  |
| *7.* | *Игра с веревкой. Перетягивание каната. Кто самый ловкий?* | ***1*** | |  |
| *8.* | *Пионербол.* | ***1*** | |  |
| *9.* | *Техника безопасности на занятиях. Побеждают ловкие. Эстафета на горке.* | ***1*** | |  |
| **VI** | **Самостоятельный поиск игр детьми.** | ***1*** | |  |
|  |  |  | |  |
| *1.* | *Техника безопасности на соревнованиях.* | *1* | |  |
|  |  |  | |  |
| **VII** | **Соревнования** | ***2*** | |  |

|  |
| --- |
|  |