

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3
г.Кондопоги Республики Карелия

Принято на педагогическом
совете № 1
от « 01 » сентября 2023 г.

Директор школы:

Приказ № 118 от «01» сентября 2023 г.



Утверждаю

Титова Э.А.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«ШСК. Спортивный калейдоскоп»
(Приложение к ООП НОО)

Срок реализации – 4 года

2023 год

Пояснительная записка

Настоящая программа курса внеурочной деятельности «Спортивный калейдоскоп» разработана в условиях реализации ФГОС нового поколения.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Цели: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся; удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи направлены на:

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

Место программы по внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана 135 часов (33 часа в год в 1 классе, 34 часа в год во 2 классе, 34 часа в год в 3 классе, 34 часа в год в 4 классе) с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 35-45 минут. Содержание курса 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.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

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.

Личностными результатами курса «Спортивный калейдоскоп» 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 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.

Предметные результаты курса:

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.
2. Включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

Вводное теоретическое занятие (1 ч.) Беседа о подвижных играх; о том, какие игры знают дети. Просмотр видеоролика

Игры с элементами бега (4 ч.) 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.

Игры-хороводы (3 ч.) Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов, 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 несколькими измененным содержанием.

Игры с элементами прыжков (5 ч.) В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие

Настольные игры (4 ч.) Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.

Зимние игры на снеговой (4 ч.) В этот раздел 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.

Ползание и лазанье (4 ч.) Эти упражнения связаны с перемещением тела ползание, в вертикальном, наклонном, горизонтальном положении с опорой на ноги и руки. Достаточно разнообразные действия, характеризующиеся тем, что в перемещениях участвуют не только ноги, но и руки. Эти упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, укреплению основных групп мышц (особенно косых мышц, мышц живота, стопы и кисти). Кроме того, они оказывают положительное влияние на сердечно -сосудистую, дыхательную системы, на воспитание гибкости, координации движений, глазомера, а также смелости и других качеств.

Интеллектуальные игры (2 ч.) Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе

Игры с мячом резиновым (3 ч.) Умение владеть мячом – держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски.

Игры, развивающие равновесие (2 ч.) коррекционные игры направлены на: развитие пространственно - временной дифференцировки и точности движений; формирование правильной осанки и ориентации во времени и пространстве; развитие и совершенствование сенсомоторики интеллектуально-познавательное развитие. Выбор коррекционных упражнений в каждом конкретном случае зависит от соматического состояния, уровня физического развития, анализа дефектов моторики, индивидуальных особенностей каждого ученика.

Итоговое занятие (1 ч.)

2 класс

Вводное теоретическое занятие(2ч.) Беседа о подвижных играх; о том, какие игры знают дети. Просмотр видеоролика

Игры с элементами бега (8ч.) 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.

Игры-хороводы (6ч.) Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов, 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 несколькими измененным содержанием.

Игры с элементами прыжков (10ч.) В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие

Настольные игры (8ч.) Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.

Зимние игры на снеговой (8ч.) В этот раздел 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.

Ползание и лазанье (8ч.) Эти упражнения связаны с перемещением тела ползание, в вертикальном, наклонном, горизонтальном положении с опорой на ноги и руки. Достаточно разнообразные действия, характеризующиеся тем, что в перемещениях участвуют не только ноги, но и руки. Эти упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, укреплению основных групп мышц (особенно косых мышц, мышц живота, стопы и кисти). Кроме того, они оказывают положительное влияние на сердечно -сосудистую, дыхательную системы, на воспитание гибкости, координации движений, глазомера, а также смелости и других качеств.

Интеллектуальные игры (4ч, 6 ч.) Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе

Игры с мячом маленьким баскетбольным (6ч.) Умение владеть мячом – держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски.

Игры, развивающие равновесие (4 ч.) коррекционные игры направлены на: развитие пространственно - временной дифференцировки и точности движений; формирование правильной осанки и ориентации во времени и пространстве; развитие и совершенствование сенсомоторики интеллектуально-познавательное развитие. Выбор коррекционных упражнений в каждом конкретном случае зависит от соматического состояния, уровня физического развития, анализа дефектов моторики, индивидуальных особенностей каждого ученика.

Итоговое занятие (2ч.)

3 класс

Вводное теоретическое занятие (1 ч.) Беседа о подвижных играх; о том, какие игры знают дети. Просмотр видеоролика

Игры с элементами бега (4 ч) 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.

Игры-хороводы (3 ч.) Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов, 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 несколькими измененным содержанием.

Игры с элементами прыжков (5 ч.) В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие

Настольные игры (4 ч.) Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.

Зимние игры на снеговой (4 ч.) В этот раздел 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.

Ползание и лазанье (4 ч.) Эти упражнения связаны с перемещением тела ползание, в вертикальном, наклонном, горизонтальном положении с опорой на ноги и руки. Достаточно разнообразные действия, характеризующиеся тем, что в перемещениях участвуют не только ноги, но и руки. Эти упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, укреплению основных групп мышц (особенно косых мышц, мышц живота, стопы и кисти). Кроме того, они оказывают положительное влияние на сердечно -сосудистую, дыхательную системы, на воспитание гибкости, координации движений, глазомера, а также смелости и других качеств.

Интеллектуальные игры (2 ч.) Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе

Игры с волейбольным мячом (3 ч.) Умение владеть мячом – держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски.

Игры, развивающие равновесие (2 ч.) коррекционные игры направлены на: развитие пространственно - временной дифференцировки и точности движений; формирование правильной осанки и ориентации во времени и пространстве; развитие и совершенствование сенсомоторики интеллектуально-познавательное развитие. Выбор коррекционных упражнений в каждом конкретном случае зависит от соматического состояния, уровня физического развития, анализа дефектов моторики, индивидуальных особенностей каждого ученика.

Итоговое занятие (1 ч.)

4 класс

Вводное теоретическое занятие (1 ч.) Беседа о подвижных играх; о том, какие игры знают дети. Просмотр видеоролика

Игры с элементами бега (4 ч.) 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.

Игры-хороводы (3 ч.) Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов, 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 несколькими измененным содержанием.

Игры с элементами прыжков (5 ч.) В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие

Настольные игры (4 ч.) Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.

Зимние игры на снеговой (4 ч.) В этот раздел 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.

Ползание и лазанье (4 ч.) Эти упражнения связаны с перемещением тела ползание, в вертикальном, наклонном, горизонтальном положении с опорой на ноги и руки. Достаточно разнообразные действия, характеризующиеся тем, что в перемещениях участвуют не только ноги, но и руки. Эти упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, укреплению основных групп мышц (особенно косых мышц, мышц живота, стопы и кисти). Кроме того, они оказывают положительное влияние на сердечно -сосудистую, дыхательную системы, на воспитание гибкости, координации движений, глазомера, а также смелости и других качеств.

Интеллектуальные игры (2 ч.) Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе

Игры с баскетбольным мячом (3 ч.) Умение владеть мячом – держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски.

Игры, развивающие равновесие (2 ч.) коррекционные игры направлены на: развитие пространственно - временной дифференцировки и точности движений; формирование правильной осанки и ориентации во времени и пространстве; развитие и совершенствование сенсомоторики интеллектуально-познавательное развитие. Выбор коррекционных упражнений в каждом конкретном случае зависит от соматического состояния, уровня физического развития, анализа дефектов моторики, индивидуальных особенностей каждого ученика.

Итоговое занятие (1 ч.)

Тематическое планирование

№	Тема	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	Водное занятие	1	1	1	1
2	«Игры с элементами бега»	4	4	4	4
3	«Игры-хороводы»	3	3	3	3
4	Игры с элементами прыжков»	5	5	5	5
5	«Настольные игры»	4	4	4	4
6	«Зимние игры со снегом	4	4	4	4
7	«Ползание и лазанье»	4	4	4	4
8	Интеллектуальные игры»	2	2	2	2
9	«Игры с мячом»	3	3	3	3
10	«Игры, развивающие равновесие»	2	3	3	3
11	Итоговое занятие	1	1	1	1
Итого		33	34	34	34

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. Подвижные игры: учебное пособие: [16+] / В. Ф. Мишенькина, О. С. Шалаев, Т. А. Колупаева, В. Ф. Кириченко; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2004. – 92 с.
2. Подвижные игры: Жуков М.Н. Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- Компьютер
- Мультимедийный проектор
- Выход в интернет
- Мячи резиновые
- Секундомер
- Скамейки
- Гимнастические маты
- Скакалки
- Гимнастические скамейки
- Настольные игры
- Фишки
- Перекладины
- Гимнастическая стенка