

Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Отдел образования администрации Шолоховского района
МБОУ «Андроповская СОШ»

РАССМОТРЕНО

Методическим советом

Милаева

Руководитель МС школы
Милаева Е.П.

Протокол № 1
от «30» 08. 2023

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

Мельникова

Зам. директора по УВР
Мельникова М.А.

Протокол № 1
от «30» 08. 2023

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Андроповская СОШ»

Копылева

Копылева Т.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Спортивные игры»

Начальное общее образование 2 класс

Количество часов 33 ч

Учитель Романова Лариса Николаевна

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена в соответствии с ФГОС

Пояснительная записка.

Данная программа разработана для внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 1-4 классов

Внеурочная деятельность является важной частью физического воспитания младшего школьника и создает максимально благоприятные условия для раскрытия не только его физических, но и духовных способностей, его самоопределения.

Современное образование предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью. Тем самым, школа должна создать условия, способствующие сохранению и укреплению физического и психического здоровья, условий для самоопределения и творческой самореализации личности.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В.А.Сухомлинский.

Всем нам хочется видеть наших детей жизнерадостными, счастливыми и здоровыми! Как сделать, чтобы ребёнок жил в ладу с собой и окружающим миром? Секрет этой гармонии прост – здоровый образ жизни! Здоровый ребенок сможет успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Наиболее интересной и продуктивной формой развития физических и личностных качеств являются игры.

«Игра не пустая забава. Она необходима для счастья детей, для их здоровья и правильного развития». Д.В. Менджерицкая.

Актуальность программы «Спортивные игры» заключается в том, что она создает условия для полноценного физического развития, приобщения школьников к регулярным занятиям физической культуры, формирования навыков здорового образа жизни, укрепления здоровья, позволяет удовлетворить школьников в подвижном образе жизни, определить интересы и возможности для специализации в том или ином виде спорта.

Новизна данной программы заключается в том, что уже на начальном этапе физического воспитания школьника вводятся подвижные игры с элементами базовых видов спорта: волейбола, пионербола, гандбола и баскетбола, а также прививается у ребенка интерес к развитию своего организма.

«Сделать серьезные занятия для ребенка занимательными – вот задача первоначального обучения» - говорил К.Д.Ушинский. А что может быть для ребенка занимательнее игры? Дети готовы играть практически всегда и в любых условиях. Исходя из поставленных задач, можно изменить большинство известных подвижных игр так, что это будет являться мощным средством, и будет работать безотказно, развивая и обучая учащихся. Известно, что чем больше эмоциональное воздействие на ребёнка оказывают занятия, тем быстрее и прочнее идёт освоение материала. А уж в присутствии эмоциональности подвижным играм отказать сложно. С помощью таких игр и предусматривается развитие у детей первоначальных навыков игры, координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.)

Программа позволяет школьникам овладеть основными техническими, игровыми и соревновательными навыками даже тех видов спорта, которые еще не входят в программу урочной деятельности учащихся 1-4 классов; предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний будет дополняться спортивными играми.

Целесообразность данной программы заключается в том, что двигательные действия и необходимую технику базовых движений учитель не закладывает принудительно, а ставит их в условия изучения в процессе игры. Освоение технических действий и навыков воспринимается как естественный процесс, необходимый для соблюдения правил игры.

Занятия проходят с большой интенсивностью и меньшей напряженностью, чем в обычных условиях, - все это привлекает на занятия детей. Групповые занятия развивают в детях способность контактировать и взаимодействовать со сверстниками.

Нет необходимости искать специфические игры. Можно взять самые распространенные и перестроить их под цели задачи занятия. Перестройка игр происходит по принципу «от простого к сложному» и «от изученного к неизученному». Создаются условия для активного участия ребенка в изучении технического арсенала базовых видов спорта и поисков решения поставленной перед ним проблемы. Развивая двигательные качества с помощью игровых заданий, мы подготавливаем детей для дальнейших занятий и соревновательной деятельности.

Цель программы – развитие физически здоровой, нравственно полноценной личности через спортивно-оздоровительные занятия с элементами игр, формирование устойчивых мотивов и потребностей в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физической культурой.

«Каков ребенок в игре, таков во многом он будет в работе, когда вырастет. Поэтому воспитание будущего деятеля, происходит, прежде всего - в игре». Макаренко А.С.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

- определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве на принципах уважения, доброжелательности, сопереживания и взаимопомощи;
- управлять своими эмоциями и проявлять положительные качества личности в различных игровых и других ситуациях;
- проявлять упорство, трудолюбие и дисциплинированность в достижении поставленных целей;
- умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций, оказывать посильную помощь своим сверстникам;
- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- овладение способностью планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- определение общей цели и путей её достижения;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи и отношения между объектами и процессами;
- умение договариваться о распределении ролей и функций в игровой деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение других учеников;
- умение конструктивно разрешать конфликты с учетом интереса сторон;

Познавательные УУД:

- умение самостоятельно добывать новые знания об истории игр, о правилах проведения, судействе из различных источников; перерабатывать информацию и делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игр, придумывать свои формы игры.

Коммуникативные УУД:

- умение формулировать собственное мнение и доносить свою позицию до других;

- умение слушать и объяснять правила игры и различных игровых заданий;

- учитывать различные мнения, сотрудничать, договариваться и приходить к общему мнению, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- адекватно оценивать и выполнять правила игры, различные роли в группах и командах;

- с уважением относиться к соперникам;

Предметные результаты.

Первостепенными результатами реализации программы являются: физическая подготовленность и высокий уровень развития двигательных навыков и умений:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки ученика;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные и спортивные игры с разной направленностью, уметь осуществлять судейство;

- соблюдать технику безопасности во время игр на спортивных площадках, спортивном зале, на стадионе;

- оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий и во время игры;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных, спортивных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять технику выполнения двигательных действий, анализировать, находить ошибки и исправлять их;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта и применять их в соревновательной и игровой деятельности;

- осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье, уметь планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, правильно организовывать отдых и досуг с использованием различных средств физической активности;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием и показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения в изменяющихся, вариативных условиях.

Формы подведения итогов реализации программы — участие в спортивно - игровой программе с участием учащихся и родителей, тест на проверку уровня здоровья.

2. Содержание курса учебной деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» для учащихся 1-4 классов составлена с учетом возрастных особенностей и на основании современных представлений о физиологическом и физическом развитии ребёнка возраста 7-10 лет.

Программа является модульной и состоит из 4 автономных модулей, рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год (для учащихся 2-4 классов) и 33 часа (для учащихся 1 классов). Данная программа предполагает, как проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками, так и возможность организовывать занятия крупными блоками.

I. Модуль

Подвижные игры и эстафеты.

В данный раздел включены подвижные игры, направленные на:

- умение владение своим телом, обогатить детей запасом различных движений, формирования правильной осанки,
- развитие у детей первоначальных навыков игры,
- развитие и совершенствование двигательных навыков, координационных и кондиционных способностей,
- развитие игровой деятельности.

II. Модуль

Общая физическая подготовка.

Данный раздел направлен на развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, скорости.

III. Модуль

Спортивные игры.

Гандбол:

- правила игры,
- профилактика травматизма,
- техника перемещений,
- техника владения мячом (ведение мяча и остановки, ловли, передачи, броски, отбор мяча).
- тактические действия,
- учебные игры,
- основы судейства.

Баскетбол:

- правила игры,
- профилактика травматизма,
- техника перемещений,
- техника владения мячом (ловля и передача мяча, ведение, броски).
- тактические действия,
- учебные игры,

- основы судейства.

Пионербол:

- правила игры,

- профилактика травматизма,

- техника владения мячом,

- двусторонняя игра, основы судейства.

Волейбол:

- правила игры,

- прием мяча сверху и снизу,

- передачи мяча через сетку,

-подача мяча,

- игра по упрощенным правилам, основы судейства.

IV. Модуль

Организация и проведение спортивных мероприятий:

- организация и проведение соревнований по видам спорта,

- проведение спортивных соревнований «Веселые старты»

Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации	Характеристика основных видов деятельности
<i>I. Подвижные игры и эстафеты</i>		
<p>1-2 класс:</p> <p>«Солдаты и разведчики»; «Два Мороза»; «Волк во рву»; «Вызов номеров»; «Попрыгунчики-воробушки»; «Салки»; «Поезда»; «Гонка мячей»; «Белочка-защитница»; «Белые медведи»; «К своим флажкам»; «Метко в цель»; «Охотники и утки»; «Перестрелка»; «Вышибалы»; «Антивышибалы»; «Далеко бросай, быстрее собирай»; «Удочка»; «Передал - садись!»</p> <p>Эстафеты с элементами баскетбола, эстафеты с элементами футбола, эстафеты с элементами гандбола.</p> <p>3-4 класс:</p> <p>«Борьба за мяч»; «Вышибалы»; «Вышибалы через сетку»; «Вышибалы с кеглями»; «Подвижная цель»; «Мяч капитану»; «Гонка мячей»; «Круговая охота»; «Пятнашки»; «Лапта»; «Метко в цель»; «Охотники и утки»; «Сделай десять передач»; «Оборона»; «Через цепь».</p> <p>Эстафеты с элементами баскетбола, эстафеты с элементами футбола, эстафеты с элементами гандбола.</p>	<p>Коллективная игра.</p> <p>Групповая игра.</p> <p>Ролевые игры.</p> <p>Командные соревнования.</p>	<p>Осознавать и формулировать цели, выбирать действия в соответствии с поставленными задачами, адекватно воспринимать предложения учителя. Творчески подходить к решению задач. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать правила игры и игровых действий. Научатся выполнять действия соблюдая технику безопасности. Научатся перемещаться различными способами, в ограниченном пространстве, совершать скоростно-силовые способности, быстроту реакции и ловкость. Организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками, уметь договариваться о распределении ролей. Уважительно относиться к соперникам, к иному мнению, задавать вопросы,</p>

		<p>уметь слушать собеседника. Оказывать взаимопомощь, выявлять ошибки и находить пути их исправления.</p> <p>Уметь регулировать и контролировать свои действия.</p> <p>Взаимодействовать со сверстниками на основе принципов уважения, доброжелательности, взаимопомощи, и сопереживания.</p> <p>Воспитание настойчивости и трудолюбия при достижении цели.</p> <p>Оценивать результат, делать и формулировать выводы. Анализировать информацию, использовать сравнение, обобщение, контролировать эмоциональное состояние.</p>
II. Общая физическая подготовка.		
<p><i>Упражнения для развития силы:</i> ОРУ, упражнения с преодолением собственного веса в висах, упорах, лежа, стоя; упражнения силового характера в парах, группах; игры силового характера.</p> <p><i>Упражнения скоростно-силовых качеств:</i> прыжковые упражнения, упражнения с</p>	<p>Индивидуальные упражнения. Однонаправленные занятия</p> <p>Групповые упражнения.</p> <p>Групповые игры.</p>	<p>Выполнять упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью, осуществлять контроль за физической нагрузкой.</p> <p>Выполнять тестирование основных физических качеств и соотносить их с собственным физическим</p>

<p>предметами (скакалки, мячи, обручи); комбинированные эстафеты; игры с прыжками и бегом; повторный бег, челночный бег, бег из различных положений. <i>Упражнения для развития гибкости:</i> ОРУ с предметами и без; упражнения с повышенной амплитудой движения в различных суставах. <i>Упражнения для развития выносливости:</i> равномерный длительный бег, переменный бег; игры в заданном режиме. <i>Упражнения для развития ловкости:</i> акробатические упражнения, упражнения с предметами; эстафеты и игры.</p>	<p>Командные игры. Работа в парах сменного характера.</p>	<p>развитием. Анализировать правильность выполнения физических упражнений. Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой. Применять прыжковые и беговые упражнения для развития координационных, скоростно-силовых способностей, выбирать индивидуальный темп передвижения, контролировать физическую нагрузку.</p>
III. Спортивные игры.		
<p><i>Гандбол:</i> техника безопасности, правила игры, различные перемещения; ловля и передачи мяча, упражнения с мячом; ведение мяча и передачи мяча в разных направлениях; броски мяча; индивидуальные действия с мячом; тактические действия (блокирование, выбивание, разбор игроков); двусторонняя игра по правилам.</p>	<p>Индивидуальные упражнения. Групповые упражнения. Работа в парах сменного характера. Командные игры.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения элементов гандбола (ловить мяч, делать передачи броски, выполнять ведение, вводить мяч из-за боковой) Использовать изученные элементы в процессе игры. Соблюдать правила игры. Использовать игру как средство для активного отдыха.</p>
<p><i>Баскетбол:</i> основные правила и приемы игры в баскетбол; техника безопасности;</p>	<p>Индивидуальные упражнения.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения элементов баскетбола (ведение мяча,</p>

<p>перемещения, стойки, остановки, повороты; ведение мяча шагом и бегом, ведение с изменением направления и различной высотой отскока мяча; ловля и передачи мяча различными способами; броски мяча и различные упражнения с мячом; индивидуальные действия с мячом и без мяча; командные действия; игра по упрощенным правилам; игра мини-баскетбол; двусторонняя игра.</p>	<p>Групповые упражнения. Комбинированные занятия. Групповые игры. Командные игры.</p>	<p>ловля и передача мяча, бросать мяч в кольцо различными способами, вводить мяч из-за боковой) Использовать изученные элементы в процессе игры. Соблюдать правила игры. Использовать игру как средство для активного отдыха.</p>
<p><i>Пионербол:</i> правила игры, ловля и передача мяча через сетку; броски мяча на заданное и максимальное расстояние одно и двумя руками; пионербол по упрощенным правилам; пионербол по правилам.</p>	<p>Индивидуальные упражнения. Групповые упражнения. Групповые игры.</p>	<p>Использовать изученные элементы в процессе игры. Соблюдать правила игры. Самостоятельно осваивают технику игровых действий и приемов, выявляют и устраняют ошибки.</p>
<p><i>Волейбол:</i> правила игры, техника безопасности; стойка игрока и перемещения; жонглирование мяча; передачи сверху на головой и в парах; прием мяча снизу; прямая нижняя подача.</p>	<p>Командные игры.</p>	<p>Использовать игру как средство для активного отдыха.</p>
<p><i>IV. Организация и проведение спортивных мероприятий</i></p>		
<p>Организация и проведение спортивных соревнований по видам спорта (мини-гандбол, баскетбол, пионербол,</p>	<p>Командные соревнования. Спортивный</p>	<p>Организовывают и проводят совместно со сверстниками игры и</p>

волейбол). Организация и проведение соревнований «Веселые старты»	праздник.	осуществляют судейство.
---	-----------	-------------------------

3. Тематическое планирование.

модуль		класс			
		1	2	3	4
I.	<i>Подвижные игры и эстафеты.</i>	17	15	10	10
II.	<i>Общая физическая подготовка.</i>	3	3	5	5
III.	<i>Спортивные игры.</i>	12	14	17	17
	<i>Гандбол</i>	4	5	5	5
	<i>Баскетбол</i>	4	4	6	6
	<i>Пионербол</i>	4	4	3	-
	<i>Волейбол</i>	-	-	3	6
IV	<i>Организация и проведение спортивных мероприятий</i>	1	2	2	2
	Итого часов	33	33	34	34

4. Поурочное планирование.

№ урока	Тема урока	Количество часов	Дата проведения
1	Подвижные игры «Солдаты и разведчики»; «Два Мороза»	1	04.09
2	Подвижные игры «Волк во рву»; «Вызов номеров»	1	11.09
3	Подвижные «Попрыгунчики-воробушки»; «Салки»;	1	18.09

4	Подвижные игры «Поезда»; «Гонка мячей»	1	25.09
5	Подвижные игры «Белочка-защитница»; «Белые медведи»	1	02.10
6	Подвижные игры «К своим флажкам»; «Метко в цель»	1	09.10
7	Подвижные игры «Охотники и утки»; «Перестрелка»	1	16.10
8	Подвижные игры «Вышибалы»; «Антивышибалы»	1	23.10
9	Подвижные игры «Далеко бросай, быстрее собирай» «Удочка»; «Передал - садись!»	1	13.11
10	Эстафеты с элементами баскетбола	1	20.11
11	Эстафеты с элементами баскетбола	1	27.11
12	Эстафеты с элементами футбола	1	04.12
13	Эстафеты с элементами футбола	1	11.12
14	Эстафеты с элементами гандбола	1	18.12
15	Эстафеты с элементами гандбола	1	25.12
16	Упражнения для развития силы	1	15.01
17	Упражнения скоростно-силовых качеств и ловкости	1	22.01
18	Упражнения для развития выносливости и выносливости	1	29.01
19	Техника безопасности, правила игры в гандбол	1	05.02
20	Ловля и передачи мяча, упражнения с мячом в гандболе	1	12.02
21	Ведение мяча и передачи мяча в разных направлениях в гандболе	1	19.02
22	Индивидуальные действия с мячом при игре гандбол; тактические действия (блокирование, выбивание, разбор игроков)	1	26.02
23	Двусторонняя игра по правилам игры в гандбол	1	04.03
24	Основные правила и приемы игры в баскетбол; техника безопасности	1	11.03
25	Перемещения, стойки, остановки, повороты в игре баскетбол	1	18.03
26	Ведение мяча шагом и бегом, ведение с изменением направления и различной высотой отскока мяча	1	01.04
27	Ловля и передачи мяча различными способами; броски	1	08.04

	мяча и различные упражнения с мячом		
28	Правила игры в пионербол, ловля и передача мяча через сетку	1	15.04
29	Броски мяча на заданное и максимальное расстояние одной и двумя руками;	1	22.04
30	Пионербол по упрощенным правилам	1	29.04
31	Пионербол по правилам	1	06.05
32	Организация и проведение спортивных соревнований по гандболу	1	13.05
33	Организация и проведение спортивных соревнований по пионерболу	1	20.05

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.

1. Лях В.И. Физическая культура. Методические рекомендации. 1-4 классы. Москва. «Просвещение», 2014 г.
2. Фёдорова Н.А. Физическая культура. Подвижные игры. 1-4 классы. Москва. «Экзамен», 2016г.
3. Киселев П.А. Картотека подвижных игр и игровых заданий учителя физической культуры. От игры к спорту. ФГОС. Учитель, 2018г.
4. Левченко А.Н., Матысон В.Ф. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр. Москва. Педагогическое общество России, 2007г.
5. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры. 1-4 классы. Москва. «ВАКО», 2007г.
6. Лапицкая Е.М. под редакцией Безруких М.М. Физкультура для детей. Москва. «Эксмо», 2009г.
7. Хайрутдинов Р.Р. Электронное пособие .Физическая культура. 1-4 классы. Организация работы по предмету. УМК «Школа России». ФГОС.