

РАССМОТРЕНО
Председатель
Методсовета

Богданов Е.Ю.
Протокол №1
от «30» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам директора по УР

Богданов Е.Ю.
Протокол №1
от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ
№17

Авраменко Е.В.
Приказ №115
от «31» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Подвижные игры»
Для обучающихся 3-4 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 3 - 4 классов разработана на основе авторской программы для младших школьников П.А. Киселёва, С.Б. Киселёва, Е.П. Киселёва «Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время».

Программа рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год (для учащихся 3-4 классов) В МБОУ ЖСОШ №17 на реализацию программы выделено 33ч. (за счёт уплотнения материала по теме: «Эстафеты»)

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.

Основные задачи:

- 1) укреплять здоровье занимающихся, способствовать их правильному физическому развитию;
- 2) содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них;
- 3) воспитывать у детей необходимые морально-волевые и физические качества;
- 4) прививать учащимся организаторские навыки и привычку систематически самостоятельно заниматься играми.

1. Планируемые результаты

Личностными результатами программы «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 занятий:

Коллективная игра.

Групповая игра.

Ролевые игры.

Командные соревнования.

Виды деятельности:

- викторины;
- конкурсы;
- ролевые игры;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

2. Содержание программы

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>		
3-4 класс:	Коллективная игра. Групповая игра. Ролевые игры. Командные соревнования.	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

<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», «Передал – садись», «Попади в обруч», «Охотники и утки», «Салки с мячом», «Попади в корзину», «Рыбаки и рыбки», «Обманный мяч», «Собачки ногами», «Передачи мяча ногами»</p> <p>Эстафеты с элементами баскетбола, эстафеты с элементами футбола, эстафеты с элементами гандбола.</p>		<p>игровых действий.</p> <p>Научатся выполнять действия соблюдая технику безопасности.</p> <p>Научатся перемещаться различными способами, в ограниченном пространстве, совершать скоростно-силовые способности, быстроту реакции и ловкость.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками, уметь договариваться о распределении ролей.</p> <p>Уважительно относиться к соперникам, к иному мнению, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.</p> <p>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>
<p>II. Общая физическая подготовка.</p>		
<p><i>Упражнения для развития силы:</i></p> <p>ОРУ, упражнения с преодолением собственного веса в висах, упорах, лежа, стоя;</p> <p>упражнения силового характера в парах, группах;</p> <p>игры силового характера.</p> <p><i>Упражнения скоростно-силовых качеств:</i></p>	<p>Индивидуальные упражнения.</p> <p>Однонаправленные занятия</p> <p>Групповые упражнения.</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</p>

<p>прыжковые упражнения, упражнения с предметами (скакалки, мячи, обручи); комбинированные эстафеты; игры с прыжками и бегом; повторный бег, челночный бег, бег из различных положений.</p> <p><i>Упражнения для развития гибкости:</i> ОРУ с предметами и без; упражнения с повышенной амплитудой движения в различных суставах.</p> <p><i>Упражнения для развития выносливости:</i> равномерный длительный бег, переменный бег; игры в заданном режиме.</p> <p><i>Упражнения для развития ловкости:</i> акробатические упражнения, упражнения с предметами; эстафеты и игры.</p>	<p>Групповые игры.</p> <p>Командные игры.</p> <p>Работа в парах сменного характера.</p>	<p>собственным физическим развитием.</p> <p>Анализировать правильность выполнения физических упражнений.</p> <p>Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой.</p> <p>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.</p> <p>Групповые упражнения.</p> <p>Работа в парах сменного характера.</p> <p>Командные игры.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения элементов гандбола (ловить мяч, делать передачи броски, выполнять ведение, вводить мяч из-за боковой)</p> <p>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; 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>Индивидуальные упражнения.</p> <p>Групповые упражнения.</p> <p>Комбинированные занятия.</p> <p>Групповые игры.</p> <p>Командные игры.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения элементов баскетбола (ведение мяча, ловля и передача мяча, бросать мяч в кольцо различными способами, вводить мяч из-за боковой)</p> <p>Использовать изученные элементы в процессе игры.</p> <p>Соблюдать правила игры.</p> <p>Использовать игру как средство для активного отдыха.</p>
<p><i>Пионербол:</i></p>		<p>Использовать изученные</p>

<p>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>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, волейбол). Организация и проведение соревнований «Веселые старты»</p>	<p>Командные соревнования. Спортивный праздник.</p>	<p>Организовывают и проводят совместно со сверстниками игры и осуществляют судейство.</p>

Тематическое планирование 3- 4 класс

№ п/п	Содержание материала	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	«Передал - садись»»	1	05.09	
2	«Мяч капитану»	1	12.09	
3	«Гонка мячей»	1	19.09	
4	«Салки с волейбольным мячом»	1	26.09	
5	«Попади в обруч»	1	03.10	
6	Волейбол	1	10.10	
7	Волейбол	1	17.10	
8	«Охотники и утки»	1	24.10	
9	«Мяч капитану»	1	07.11	
10	«Салки с мячом»	1	14.11	
11	«Попади в корзину»	1	21.11	
12	«Гонка мячей»	1	28.11	
13	«Рыбаки и рыбки»	1	05.12	
14	Мини - баскетбол	1	12.12	
15	Баскетбол	1	19.12	
16	Баскетбол	1	26.12	
17	Спортивный праздник	1	16.01	
18	Гандбол	1	23.01	
19	Гандбол	1	30.01	
20	«Обманный мяч»	1	06.02	
21	«Собачки ногами»	1	13.02	
22	«Передачи мяча ногами»	1	20.02	
23	Беседа о мини - футболе	1	27.02	
24	Мини - футбол	1	05.03	
25	Мини - футбол	1	12.03	
26	Футбол	1	26.03	
27	Футбол	1	02.04	
28	Эстафеты с элементами гандбола.	1	09.04	
29	Весёлые старты	1	16.04	
30	Эстафеты с элементами волейбола	1	23.04	
31	Эстафеты с элементами баскетбола	1	07.05	
32	Эстафеты с элементами футбола.	1	14.05	
33	Спортивный праздник	1	21.05	

4.

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.

