

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Мурманской области**

**Управление образования администрации Кольского района**

**МБОУ «Туманненская ООШ»**

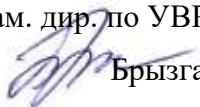
**РАССМОТРЕНО**

на педсовете

протокол №1 от «30» 08  
2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. дир. по УВР



Брызгалова Н.С.

От «30» 08.2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ  
Туманненская ООШ

Морфьян Е.А.  
Приказ №37 от «30» 08  
2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»  
для обучающихся 1 – 4 классов**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

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.

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.

**Актуальность** программы «Подвижные 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.

**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.

### **Формы организации занятия:**

- игра
- соревнование
- турнир
- интегрированное занятие.

### **Условия:**

- спортивный зал
- оборудование
- инвентарь

## **Виды деятельности учащихся:**

- разминка
- подвижные игры
- комплекс упражнений
- игровые упражнения
- ОРУ
- ОФП
- СФП

Реализация курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» осуществляется без балльного оценивания результатов освоения курса.

На реализацию содержания программы курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» согласно учебному плану внеурочной деятельности МБОУ Туманненская ООШ отводится 135 часов, в т.ч.:

- 1 класс – 33 часа;
- 2 класс – 34 часа;
- 3 класс – 34 часа;
- 4 класс – 34 часа.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные 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**

#### ***Подвижные игры.***

*Футбол:*

- 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.

#### *Лепта:*

- ловля мяча одной и двумя руками,
- выполнение передачи мяча с места,
- ловля мяча при перемещении игроков по площадке,
- передача мяча в движении,
- передвижения игроков по площадке,
- индивидуальные действия,
- командные действия.

### **IV. Модуль**

#### ***Организация и проведение спортивных мероприятий:***

- организация и проведение соревнований по видам спорта,
- проведение спортивных соревнований «Веселые старты»

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

***Личностными результатами*** программы по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные 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 Подвижные 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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

модуль		класс			
		1	2	3	4
<b>I.</b>	<i>Подвижные игры и эстафеты</i>	17	15	5	5
<b>II.</b>	<i>Общая физическая подготовка</i>	3	3	5	5
<b>III.</b>	<i>Подвижные игры</i>	12	14	22	22
	<i>Футбол</i>	4	5	5	5
	<i>Баскетбол</i>	4	4	6	6
	<i>Пионербол</i>	4	5	3	3
	<i>Волейбол</i>	-	-	3	3
	<i>Лепта</i>	-	-	5	5
<b>IV</b>	<i>Организация и проведение спортивных мероприятий</i>	1	2	2	2
Итого часов		33	34	34	34

### 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.