

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа имени Н.С.Прокина
села Николо-Барнуки Сосновоборского района Пензенской области

Принята

Решением заседания
педагогического совета
Протокол № 1 от 31.08.2022г.

Утверждена

Приказом директора школы
Приказ № 50 от 31.08. 2022г.
_____ М.В. Прокина

Программа внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

для 1-4 классов

Составитель
Мельникова Н.В.,
Учитель физической
культуры

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 1-4 классов рассчитана на 34 ч. в год из расчёта 1 час в неделю.

Отличительной чертой является целенаправленность и последовательность деятельности (от простого к сложному), формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающегося, как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

Цель программы: является укрепление здоровья детей, гармоничного развития, физического и творческого начала.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
- В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1-4 классов должны:
 - иметь представление:**
 - о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
 - о режиме дня и личной гигиене;
 - о способах изменения направления и скорости движения;
 - об играх разных народов;
 - о соблюдении правил игры
 - уметь:**
 - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
 - играть в подвижные игры;
 - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

- выполнять строевые упражнения;

Достоинство программы заключается в том, что она способствует физическому оздоровлению детей, доступна для детей из семей со средним достатком, альтернатива безнадзорности и вредным привычкам; формирует у школьников чувство ответственности, взаимной поддержки и взаимопомощи, помогает формированию дружного коллектива обучающихся.

Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

1. Вводное занятие:

Основы знаний. Формирование группы, основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах подвижных игр, навыки владения мячом.

2. Игры малой интенсивности:

Теория: экскурсия в историю игр. Знания об основных правилах подвижных игр, способа выбора водящих, начальные навыки владения мячом.

Практика: Игры малой интенсивности «Море волнуется раз», «Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте»

3. Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и других предметов:

Теория: что такое эстафета, основные правила проведения эстафет, судейство эстафет (слайд-шоу).

Практика: начальные навыки владения мячом, передачи и ловля.

Начальные навыки прыжков с ноги на ногу, на двух ногах, на одной ноге, через вращающуюся скакалку. Умение ориентироваться в игровом пространстве. Эстафеты с большим и малым мячом, эстафеты с различными предметами, эстафеты парами.

4. Игры без деления на команды:

Теория: команда, цели, задачи команды, правило успеха, единый дух команды, командные виды спорта.

Практика: игры без деления на команды: «Жмурки», «Мяч по кругу», «Чай-чай», «Угадай и догони», «Гимнастическая стенка».

5. Силовые игры:

Теория: История развития силовых игр, силовых видов спорта (слайд-шоу)

Практика: Силовые игры: «Удержи круг», «Тесный круг», «Перетягивание каната», «На прорыв», «Бой петухов», «Похитители огня», эстафеты с бегом и прыжками, эстафеты с ведением мяча.

6. Командные игры и соревнования:

Теория: привитие чувства командного духа, участие в соревнованиях

Практика: «Успей взять кеглю», «Сбей мяч», «Бег за флажками», «Перетягивание по кругу», «Мяч среднему».

7. Спортивные игры по упрощенным правилам:

Теория: скоростно-силовые качества, ловкость, разучивание элементарных считалок, зачинов и пр.

Практика: пионербол, мини-футбол

8. Спортивные игры с соблюдением всех правил

Теория: Спортивные игры. История спортивных игр. Последние достижения на олимпиадах. Просмотр кинофильма по истории спортивных игр. Основы судейства.

Практика: правила ведения игр, основные приемы, тактика ведения, совершенствование техники ведения и координации. Пионербол, мини-футбол.

Каждое занятие начинается с разминки в вид игры типа: «Запрещенное движение», «Угадай капитана». «Затейник», «Если весело живется», «Почта».

9. Итоговое занятие

Подведение итогов, просмотр фотографий, слайд –шоу, заключительная игра.

По мере обучения различным играм возможно проведение соревнований, матчей.

Результаты изучения учебного предмета во внеурочной деятельности
«Спортивные игры»

Личностные результаты:

Гражданское воспитание: — представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при

объяснении ошибок и способов их устранения. Руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

Патриотическое воспитание: — ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Формирование культуры здоровья: — осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание: — экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;

Ценности научного познания: — знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции; — познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре совершенствования культуры, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и; — познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими

средствами информационных технологий; — интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Предметные результаты:

- знать правила поведения и профилактики травматизма на занятиях спортом, соблюдать личную гигиену, планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием подвижных игр;
- соотносить результаты выполнения двигательных действий с эталоном – рисунком, образцом, правилом;
- устанавливать различия в физической нагрузке по частоте сердечных сокращений (пульсу) при выборе игры и регулировать напряженность физической нагрузки;
- выполнять задания в игре для определения уровня развития физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий игры, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении игровых заданий, отборов способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми
- организация самостоятельной игровой деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализ и объективная оценка результатов самостоятельной игры, поиск возможностей и способов ее улучшения;

- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Тематическое планирование (34 часа)

№ п/ п	Наименование раздела	Количес т во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Вводное занятие	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.	Игры малой интенсивности	4	https://resh.edu.ru/subject/9/
3.	Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и других предметов	5	https://resh.edu.ru/subject/9/
4.	Игры без разделения на команды	5	https://resh.edu.ru/subject/9/
5.	Силовые игры	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
6.	Командные игры и соревнования	4	https://resh.edu.ru/subject/9/
7.	Спортивные игры по упрощенным правилам	6	https://resh.edu.ru/subject/9/
8.	Спортивные игры с соблюдением всех правил	5	https://resh.edu.ru/subject/9/
9.	Итоговое занятие	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
	Итого:		34

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ Н.С.ПРОКИНА
СЕЛА НИКОЛО-БАРНУКИ СОСНОВОБОРСКОГО РАЙОНА ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ, Прокина Мария Васильевна, Директор**
07.11.2022 11:25 (MSK), Сертификат 0FD418A81833E2299D8095FA3AF73AE7