Приложение к ООП НОО,

утверждена приказом № 139 от 31.08.2023г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

# «Спортивные игры»

# 2-4 класс

## Направление внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительная

г. Мончегорск,2023

# Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Общеобразовательная школа № 14» (далее МБОУ ОШ №14) «Спортивные игры» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

* Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
* Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденного приказом министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 286;
* Федеральной образовательной программой начального общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения от 18.05.2023г. № 372.

В условиях современной цивилизации, в связи с резким снижением двигательной активности детей, возрастает роль систематических занятий физическими упражнениями, подвижными играми, которые являются традиционным, наиболее доступным и эффективным средством воздействия на развитие физических качеств учащихся начальной школы. Подвижные игры соответствуют потребностям растущего организма ребёнка, способствуют всестороннему гармоничному развитию детей, помогают формированию межличностных отношений, расширяют круг его представлений о традициях народов, развивают наблюдательность, сообразительность, самостоятельность, инициативность, помогают творчески осмыслить учебную задачу.

Курс «Спортивные игры» реализует спортивно-оздоровительное и гражданско - патриотическое направления во внеурочной деятельности в рамках федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения.

**Цель курса:** содействие укреплению здоровья, приобщению детей к физической культуре и потребности заботиться о своем здоровье в процессе активного их участия в народных играх и состязаниях.

# Задачи:

* познакомить учащихся с разнообразием подвижных спортивных игр;
* содействовать привитию интереса и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом, как одному из условий здорового образа жизни;
* обучить правилам поведения в процессе коллективных действий;
* воспитывать чувство коллективизма, целеустремлённости, самостоятельности, ответственности за свои действия;
* развивать двигательную активность в спортивных играх и состязаниях.
* воспитывать бережное отношение к окружающей среде, к народным традициям.

Занятия проводятся 1 раза в неделю, с недельной нагрузкой 1 часа, курс рассчитан на 34 часа в год. Продолжительность занятия 40 минут.

# Планируемые результаты освоения программы.

***Первый уровень результатов*** – это приобретение школьниками социальных знаний. Таких как - общественные нормы, устройство общества, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе, первичное понимание социальной реальности и повседневной жизни.

***Второй уровень результатов*** – это получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества. Таким как – человек, семья, Родина, природа, мир, труд, культура.

***Третий уровень результатов*** – это получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия.

# Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

* формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
* развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
* формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

# Метапредметные результаты:

* способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
* умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
* способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
* умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
* формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

# Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Личностные | Регулятивные | Познавательные | Коммуникативные |
| 1.Самоопре- деление 2.Смысло- | 1.Соотнесение известного и неизвестного | 1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации | 1.Строить продуктивное взаимодействие |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| образование | 2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию | 3.Структурирование 4.Выбор эффективных  способов решения учебной задачи  5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации  9.Действия постановки и решения проблемы | между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение  конфликтов |

## Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

* осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно- оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**Предметные результаты:** Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

* особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
* правила оказания первой помощи;
* способы сохранения и укрепление здоровья;
* свои права и права других людей;
* влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
* значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

# должны уметь:

* составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
* выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
* заботиться о своем здоровье;
* применять коммуникативные и презентационные навыки;
* оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
* находить выход из стрессовых ситуаций;
* принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
* адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
* отвечать за свои поступки;
* отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания**:

* значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
* правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
* названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
* наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
* упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
* контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
* основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
* жесты судьи спортивных игр;
* игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

# могут научиться:

* соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
* выполнять технические приёмы и тактические действия;
* контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
* играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
* демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
* проводить судейство спортивных игр.

**Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»** - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

# Содержание программы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Содержание** | **Формы организации** | **Виды деятельности** |
| **1** | **Введение** | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.  Профилактика детского травматизма.  Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. | Беседа | Спортивно-  оздоровительная  , досугово- развлекательная |
| **2** | **Игры на совершенств ование навыков бега** | Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Разучивание игр «Гуси-лебеди»,  «Обыкновенные жмурки», «У медведя во бору», «Палочка-выручалочка»,  «Филин и пташки», «Фанты», «Краски»,  «Горелки», «Кот и мышь», «Пятнашки»,  «К своим флажкам», «Ловушка в кругу» и др. | Соревнования  , спортивна игра | Спортивно-  оздоровительная  , досугово- развлекательная |
| **3** | **Игры на совершенств ование навыков в** | Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Осваивать технику прыжковых упражнений. Разучивание игр | Соревнования  , спортивна игра | Спортивно-  оздоровительная  , досугово- |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **прыжках** | «Прыгающие воробушки», «Коршун»,  «Волк во рву», «Два мороза», «Заяц без логова». «Птицелов», «Шлепанки» и др. |  | развлекательная |
| **4** | **Игры на совершенств ование метаний на дальность и точность** | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении метания на дальность и точность. Описывать технику метания. Разучивание игр «Кто дальше бросит», «Метко в цель»,  «Точный расчет», «Лапта»,  «Блуждающий мяч», «Шар», «Выгони мяч», «Гонка мяча по улице» и др.. | Соревнования  , спортивна игра | Спортивно-  оздоровительная  , досугово- развлекательная |
| **5** | **Спортивный калейдоскоп** | Упражнения на ловкость и координацию. Двигательные действия баскетболиста: стойку и специальные передвижения без мяча, ведение и передачу баскетбольного мяча.  Двигательные действия футболиста: стойка, удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановку футбольного мяча.  Двигательные действия волейболиста: стойка, упражнения с волейбольными мячами.приобщает детей к миру спорта, это своеобразный экскурс в баскетбол, волейбол, футбол.  Игры: «Удочка», «Передал – садись»,  «Лошадки», «Бросай – поймай»,  «Выстрел в небо», «Точная передача»,  «Мяч в ворота», «Мячик кверху»,  «Большой мяч» и др. | Соревнования  , спортивна игра | Спортивно-  оздоровительная  , досугово- развлекательная |
| **6** | **Итоговые занятия** | Эстафеты, спортивные состязания, игры: футбол, элементы баскетбола, волейбола Комплексные эстафеты объединяют все изученные игры и новые:«Ляпка», «Заря», «Игровая»,  «Гуси», «Пчелки и ласточка», «Волк»,  «Стадо», «Котлы» и др.. | Соревнования  , спортивна игра | Спортивно-  оздоровительная  , досугово- развлекательная |

**Тематическое планирование**

# класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Кол-во часов** |
| **Введение(1 час)** | | |
| **Игры на закрепление и совершенствование навыков бега и развития скоростных способностей(7 часов)** | | |
| **2-3** | «Филин и пташки» | 2 |
| **4** | Эстафета | 1 |
| **5-6** | «Фанты» | 2 |
| **7-8** | «Краски». Эстафета | 2 |
| **Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (7 часов)** | | |
| **9-10** | «Два мороза», «Заяц без логова» | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **11-12** | «Охотники и утки» | 2 |
| **13** | Эстафета | 1 |
| **14-15** | «Птицелов» | 2 |
| **Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (7 часов)** | | |
| **16-17** | «Выгони мяч» | 2 |
| **18** | «Гонка мяча» | 1 |
| **19-20** | «Ляпка» | 2 |
| **21-22** | «Заря». Веселые старты | 2 |
| **Спортивный калейдоскоп (11 часов)** | | |
| **23-24** | Ведение и перебрасывание баскетбольного мяча | 2 |
| **25** | Эстафета | 1 |
| **26-27** | Урок - экскурс «Волейбол. Стойка волейболиста». Подвижная  игра «Лошадки». | 2 |
| **28-29** | Урок - экскурс «Волейбол. Стойка волейболиста». Игра «Передай  мяч» | 2 |
| **30** | Эстафета | 1 |
| **31-32** | Перемещение по площадке. Упражнения с волейбольными  мячами. Подвижная игра «Лошадки». | 2 |
| **33** | Веселые старты | 1 |
| **34** | Итоговое занятие | 1 |

# класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Кол-во часов** | |
| **Введение(1 час)** | | | |
| **Игры на закрепление и совершенствование навыков бега и развития скоростных способностей(7 часов)** | | | |
| **2-3** | «Филин и пташки» | | 2 |
| **4** | Эстафета | | 1 |
| **5-6** | «Фанты» | | 2 |
| **7-8** | «Краски». Эстафета | | 2 |
| **Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (7 часов)** | | | |
| **9-10** | «Два мороза», «Заяц без логова» | | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **11-12** | «Охотники и утки» | 2 |
| **13** | Эстафета | 1 |
| **14-15** | «Птицелов» | 2 |
| **Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (7 часов)** | | |
| **16-17** | «Выгони мяч» | 2 |
| **18** | «Гонка мяча» | 1 |
| **19-20** | «Ляпка» | 2 |
| **21-22** | «Заря». Веселые старты | 2 |
| **Спортивный калейдоскоп (11 часов)** | | |
| **23-24** | Ведение и перебрасывание баскетбольного мяча | 2 |
| **25** | Эстафета | 1 |
| **26-27** | Урок - экскурс «Волейбол. Стойка волейболиста». Подвижная  игра «Лошадки». | 2 |
| **28-29** | Урок - экскурс «Волейбол. Стойка волейболиста». Игра «Передай  мяч» | 2 |
| **30** | Эстафета | 1 |
| **31-32** | Перемещение по площадке. Упражнения с волейбольными  мячами. Подвижная игра «Лошадки». | 2 |
| **33** | Веселые старты | 1 |
| **34** | Итоговое занятие | 1 |

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Кол-во часов** |
| **Введение (1 час)** | | |
| **Игры на закрепление и совершенствование навыков бега и развития скоростных способностей(7 часов)** | | |
| **2-3** | «Охотники и утки», «Рыбаки и рыбки» | 2 |
| **4** | «Тише едешь - дальше будешь» | 1 |
| **5-6** | «Запрещенное движение». Эстафета | 2 |
| **7-8** | «Белые медведи», «Охотники и утки» | 2 |
| **Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (7 часов)** | | |
| **9-10** | «Бой петухов», «Воробьи и кошка» | 2 |
| **11-12** | «Штандир» | 2 |
| **13** | Эстафета | 1 |
| **14-15** | «Прыгуны». Эстафета | 2 |
| **Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (7 часов)** | | |
| **16-17** | «Мяч в воздухе» | 2 |
| **18** | «Один в круге» | 1 |
| **19-20** | «Человек, ружье, тигр» | 2 |
| **21-22** | «Метательная лапта» | 2 |
| **Спортивный калейдоскоп (11 часов)** | | |
| **21-22** | Подвижные игры на материале волейбола. Подвижная игра «Бросай-поймай». | 2 |
| **23** | Подвижные игры на материале волейбола. Итоговое занятие.  Подвижная игра«Выстрел в небо». | 1 |
| **24** | Эстафета с мячами | 1 |
| **25-26** | Экскурс «Футбол. Удар по неподвижному и катящемуся мячу». | 2 |
| **27** | Футбол. Подвижная игра: «Точная передача». | 1 |
| **28** | Эстафета с футбольными мячами | 1 |
| **29-30** | Футбол. Подвижная игра: «Мяч в ворота». | 2 |
| **31** | Футбол. Подвижные игры:», «Мяч в ворота», «Точная передача» | 1 |
| **32** | Итоговое занятие | 1 |
| **33-34** | Спортивный праздник | 2 |

|  |
| --- |
| **ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ** |
| |  |  | | --- | --- | | logo.png | **ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА. ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.** | |
| **ПОДПИСЬ** |
| |  |  | | --- | --- | |  |  | | **Общий статус подписи:** | Подпись верна | | **Сертификат:** | 3A49885B5773F53FD8D154BBCE4414CF | | **Владелец:** | Борисова Мария Владимировна, Борисова, Мария Владимировна, school14@edumonch.ru, 510705500010, 13402918934, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 14", ВРИО ДИРЕКТОРА МБОУ ОШ №14, Мончегорск город, Мурманская область, RU | | **Издатель:** | Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc\_fk@roskazna.ru | | **Срок действия:** | Действителен с: 22.02.2023 11:17:00 UTC+03 Действителен до: 17.05.2024 11:17:00 UTC+03 | | **Дата и время создания ЭП:** | 21.10.2023 16:18:26 UTC+03 | |