

**ГБОУ «СОШ № 19 г. Назрань»
Республика Ингушетия**

«Согласовано»
на заседании МО
Протокол № 1
«29» августа 2021 г.

«Рассмотрено»
на заседании научно-
методического совета
Протокол № 1
«29» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБОУ
«СОШ № 19 г. Назрань»
М.Х. Арчакова

Приказ № 7в
от « 30 »августа 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности**

**по спортивно-оздоровительному направлению
«Спортивные игры»**

Уровень общего образования – начальное общее образование (1-4 классы)

Класс – 1 класс

Количество часов – 1 час в неделю (33 ч. в год)

Рабочая программа по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» для 1 классов составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной программы изучения дисциплины на базовом уровне, рекомендованной Министерством образования и науки РФ, с учетом примерной программы по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» для 1 классов.

Спортивные игры

І. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании», ст. 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения» (п.67); - Концепции модернизации Российского образования; - Концепции содержания непрерывного образования; - Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011); Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2010).

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста. Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры и внеурочной деятельностью.

Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание занятий строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников УМК учителя - Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2011 г.

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Достижение цели возможно через решение следующих задач:

-укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;

-обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

-воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

Программа курса разработана в рамках реализации физкультурно – спортивного направления внеурочной деятельности учащихся 1- 4 классов и предусматривает по 1 часу занятий еженедельно. Содержание курса отвечает требованию к организации внеурочной деятельности.

Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Ожидаемый результат

- 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.

Механизм отслеживания результатов:

- мониторинг здоровья уч-ся
- наблюдение

целью программы - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:
укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем;
совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям **из базовых видов спорта**;
формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

II. Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы «Спортивные игры» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

III. Описание места учебного предмета в учебном плане

Настоящая программа рассчитана на 33 часа в 1 классе Рабочая программа по внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению «Спортивные игры» для 1 класса на 2015-2016 учебный год составлена в соответствии с основной образовательной программой

начального общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Летуновская средняя школа» на основе авторской программы Зданевич А. А., В.И.Ляха

В основной образовательной программе начального общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Летуновская средняя школа» на внеурочную деятельность «Спортивные игры» отводится 33 часа (1 час в неделю, 33 учебных недели, что соответствует годовому календарному графику школы на 2015-2016 учебный год)

Расчет часов в рабочих программах учитель производит в соответствии с годовым календарным графиком и учебным планом школы.

При разработке программы учитывались психолого-педагогические закономерности детей младшего школьного возраста, уровень предшествующей физической подготовки.

IV. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

V. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

Ученик научится:

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

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Ученик получит возможность научиться:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- умение работать в коллективе.

Формы занятий:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

VI. Содержание курса

Данный курс входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В данный курс вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

VII. Тематическое планирование и основные виды деятельности учащихся

Разделы, темы	Основные виды деятельности
Раздел1. Спортивные. Подвижные игры (11	Познавательная деятельность: - Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,

<p>часов) «К своим флажкам », « Лисы и куры». «Точный расчет », «Круговая лапта». «Лиса в курятнике», «Метко в цель ». «Мышеловка», «Мяч соседу ». «Крученный мяч ». « Передал - садись», , «Перебежки», «Стоп», «Добеги и убеги», футбол, вышибалы. прыжки через скакалку, «классики», пионербол, баскетбол 9 часов</p>	<p>эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. - <i>Формировать у детей интерес к спорту.</i> - <i>Уметь играть по правилам.</i> - <i>Учить бережно относиться к своему здоровью и здоровью других.</i> - <i>Развивать скоростно-силовых качеств, ловкость, уважение к товарищам.</i> - рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности (если будет этап рефлексии); самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели (когда идёт работа над блоком Игры народов...), структурирование знаний (в конце изучения блока);</p>
<p>Лапта 5 часов Удары по мячу , ловля и передачи мячи «Крученный мяч ».</p>	<p>Практическая деятельность: - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>
<p>Раздел 3. Спортивные эстафеты (7 часов) Эстафета с обменом мячей. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Эстафета прыжками. Эстафета по кругу. Эстафета «Паровозик». Эстафета с прыжками через движущиеся препятствия. Эстафета с переноской предметов. Эстафета с мячами, скакалками.</p>	<p>проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</p>

VIII. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. Спортивный зал
2. Стенка гимнастическая
3. Скамейка гимнастическая
4. Мяч баскетбольный
5. Мяч мини – футбольный
6. Скакалка гимнастическая
7. Ракетки бадминтонные
8. Аптечка медицинская
9. Секундомер

.1. Богданов, Г. П. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом / Г. П. Богданов, О. У. Устенков – М., 2011.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий) по теме	Плановые сроки прохождения	Фактические сроки прохождения

			програ мм	программ ы
1	Техника безопасности на занятиях	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	01.09	
2	История зарождения древних Олимпийских игр.	Включают умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики	08.09.	
3	Подвижная игра «К своим флажкам», Эстафеты.	Осваивают правила выполнения. ТБ при метании набивного мяча.	15.09.	
4	«Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	Демонстрируют полученные навыки в течение первой четверти. Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности.	29.09	
5	«Перестрелка». «Море волнуется...»	Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	06.10	
6	«Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	Включают умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики	13.10	
7	ТБ. Игра «Лапта». «Метко в цель»	Осваивают правила выполнения. ТБ при метании набивного мяча.	20.10	
8	Ловля и передача мяча. Игра «Лапта». «Крученный мяч»	Применяют умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	27.10	
9	Игра «Лапта». «Крученный мяч»	Применяют умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	10. 11.	
10	Удары по мячу. Ловля и передача мяча. «Метко в цель»	Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.	17.11	
11	Ловля и передача мяча. Игра «Лапта». «Крученный мяч»	Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.	24.11.	
12	Ведение мяча. Передача мяча.	Используют подвижные игры для отдыха	01. 12.	
13	Передача мяча двумя руками.	Используют подвижные игры для отдыха.	08.12	

	Ведение мяча. « Мяч соседу»			
14	Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Броски в цель.	Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.	15.12	
15	Ловля и передача мяча двумя руками из – за головы. Ведение мяча.	Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности,	22.12	
16	Броски в цель. Ловля и передача мяча. « Передал – садись!»	Взаимодействуют со сверстниками в условиях игровой	12.01.	
17	Повороты без мяча и с мячом	Взаимодействуют со сверстниками в условиях игровой	19.01	
18	Ловля и передача мяча	Учатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.	26.01	
19	Ведение мяча	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	02.02	
20	Ловля и передача мяча в движении.	Учатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.	09.02	
21	Броски в цель.	Выполнение игровой разминки , играть в подвижные игры и спортивные игры.	16.02	
22	Вырывание и выбивание мяча	Выполнение игровой разминки , играть в подвижные игры и спортивные игры.	23.02	
23	Правила игры. Судейство. (теория)	Выполнение игровой разминки , играть в подвижные игры и спортивные игры.	01.03	
24	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола	Выполнение бросков баскетбольного мяча из положения стоя.	08.03	
25	Вводное занятие, техника безопасности во время занятий	Выполнение бросков баскетбольного мяча из положения стоя.	15.03	
26	Стойки игрока	Выполнение ведению мяча на месте и в нагрузке	22.03	
27	Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	Учатся нести ответственность за здоровый образ жизни, формируется позитивное отношение к физической нагрузке	05.04	
28	Ускорения, старты из различных положений	Учатся выполнять игровую разминку, играть в подвижные игры и спортивные игры.	12.04	

29	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	Выполнение бросков баскетбольного мяча из положения сидя.	19.04	
30	Перемещения, остановки, повороты, ускорения	Выполняют игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.	26.04.	
31	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	Используют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр.	03.05	
32	Правила игры. Судейство. (теория)	Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	17.05	
33	Игра по упрощенным правилам мини-футбола	Выполняют организующие команды, передача мяча, остановка мяча, ведение и обманные движения.	24.05	

2. Богданов, В. П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие / В. П. Богданов – М., 2011 .
3. Горский, В. А. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное основное образование» под редакцией В. А. Горского, -2-е изд. – М., Просвещение 2011
4. Литвинова, М. Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Русской, Л. В. М., Просвещение. 2012г.
- 5 П.А.Киселев . «Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время » Методическое пособие. М.,Планета .2015 г.

VIII. .Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.	Основная литература для учителя	
1.1.	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
1.2.	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2011	Д
1.3.	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 20 11.	Ф
1.4.	Рабочая программа по физической культуре	Д
2.	Дополнительная литература для учителя	
2.1.	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Ф
2.2.	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.	Д
2.3.	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.	Д
2.4.	Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г.	Д
2.5.	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.	Д
2.6.	Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006	Д
3.	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1.	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
4.	Технические средства обучения	
4.1.	Музыкальный центр	Д
4.2.	Аудиозаписи	Д
5.	Учебно-практическое оборудование	
5.1.	Бревно гимнастическое напольное	П
5.2.	Козел гимнастический	П
5.3.	Канат для лазанья	П
5.4.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
5.5.	Стенка гимнастическая	П
5.6.	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
5.7.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
5.8.	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
5.9.	Палка гимнастическая	К

5.10.	Скакалкадетская	К
5.11.	Матгимнастический	П
5.12.	Гимнастическийподкидноймостик	Д
5.13.	Кегли	К
5.14.	Обручпластиковыйдетский	Д
5.15.	Планка для прыжков в высоту	Д
5.16.	Стойка для прыжков в высоту	Д
5.17.	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	Д
5.18.	Лента финишная	
5.19.	Рулетка измерительная	К
5.20.	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	
5.21.	Лыжи детские (с креплениями и палками)	П
5.22.	Щит баскетбольныйтренировочный	Д
5.23.	Сетка для переноски и хранения мячей	П
5.24.	Сетка волейбольная	Д
5.25.	Аптечка	Д

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект