




Рассмотрено
на заседании ШМО
классных
руководителей
 /Л.Ф.Латипова/
Протокол № 6
от «28» августа 2023 г.

Согласовано
заместитель директора
по ВР
 /Л.Ф.Ганиева/
от «29» августа 2023 г.

Утверждено
директор МБОУ КСШ №3
 /Д.Х.Ганиева/
Приказ №456/23
от «29» августа 2023 г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
спортивно-оздоровительного направления
для учащихся 2-4 классов
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Кукморская средняя школа № 3»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан
на 2023-2024 учебный год

Разработала:
Хабибрахманова Алия Ирековна,
учитель начальных классов,
первой квалификационной категории

Пояснительная записка

Данная программа разработана для внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 2-4 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.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В.А.Сухомлинский.

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.

«Игра не пустая забава. Она необходима для счастья детей, для их здоровья и правильного развития». Д.В. Менджерицкая.

Актуальность программы «Спортивные 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.

«Сделать серьезные занятия для ребенка занимательными – вот задача первоначального обучения» - говорил К.Д.Ушинский. А что может быть для ребенка занимательнее игры? Дети готовы играть практически всегда и в любых условиях. Исходя из поставленных задач, можно изменить большинство известных подвижных игр так, что это будет являться мощным средством, и будет работать безотказно, развивая и обучая учащихся. Известно, что чем больше эмоциональное воздействие на ребёнка оказывают занятия, тем быстрее и прочнее идёт освоение материала. А уж в присутствии эмоциональности подвижным играм отказать сложно. С помощью таких игр и предусматривается развитие у детей первоначальных навыков игры, координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.)

Целесообразность данной программы заключается в том, что двигательные действия и необходимую технику базовых движений учитель не закладывает принудительно, а ставит их в условия изучения в процессе игры. Освоение технических

действий и навыков воспринимается как естественный процесс, необходимый для соблюдения правил игры.

Занятия проходят с большой интенсивностью и меньшей напряженностью, чем в обычных условиях, - все это привлекает на занятия детей. Групповые занятия развивают в детях способность контактировать и взаимодействовать со сверстниками.

Нет необходимости искать специфические игры. Можно взять самые распространённые и перестроить их под цели задачи занятия. Перестройка игр происходит по принципу «от простого к сложному» и «от изученного к неизученному». Создаются условия для активного участия ребенка в изучении технического арсенала базовых видов спорта и поисков решения поставленной перед ним проблемы. Развивая двигательные качества с помощью игровых заданий, мы подготавливаем детей для дальнейших занятий и соревновательной деятельности.

Цель: 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.

Задачи:

- укрепление здоровья учащихся, содействие их разносторонней физической подготовленности;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
- развитие морально-волевых качеств учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
- создать детям условия для полноценной реализации их двигательных потребностей;
- формировать у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового образа жизни;
- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
- развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «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;

Содержание программы

Теория: инструктаж по технике безопасности о поведении на улице, на стадионе, при занятиях с мячами, ответственно относиться к разминке, внешнему виду, спортивной форме, самочувствию, не нарушать дисциплину

Догонялки: перемена мест, передача мяча по кругу, гонка с мячом по кругу, «Горячее место», «Лягушка», «Лиса в норку», «Гуси-лебеди», салки с домом, «Два Мороза», «Колдуны».

Поисковые игры: «Палочка-выручалочка», прятки, «Золото хороню», «Двое слепых», жмурки на местах, в кругу.

Спортивные игры: упрощённый футбол, пионербол, баскетбол.

Игры с мячом, эстафеты: «Не упусти мяч», «Мяч капитану», ведение мяча, «Передал – садись», точный удар, упражнения с малым мячом, мяч над головой, «Земля – вода – небо», «Мяч сквозь обруч»

Спортивные эстафеты.

Упражнения с мячом.

Спортивные соревнования, игры на точность метания: «Попади в круг», точный удар, бросок мяча в кольцо, «Быстрые и меткие», «Попади и поймай», «Сбей кеглю», набрасывание колец на кеглю, метание дисков.

Комбинированные эстафеты.

Игры с бегом. Эстафеты с набивными мячами: «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок- бегунок».

Итоговое занятие. Спортивные почемучки, загадки, шарады, каламбуры. «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов» Игры, эстафеты с участием родителей.

В программу включены не только мероприятия для организации и проведения спортивных и подвижных игр, но и информационно-практический материал по истории происхождения и развития различных спортивных видов деятельности. В программу включены комплексные гимнастические упражнения, пальчиковые игротренинги, корригирующие упражнения для нормализации осанки. Программой предусматривается знакомство с историей появления, развития, игр различных национальностей и славянских народов. Программа даёт представление о самобытности соседствующих народных культур в играх.

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Теория	Практика	
1.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
2.	Правила игры. Обязательны ли они для всех?	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
3.	Бег. Пробегание отрезков 10 м, 30 м, 60 м. Стартовые ускорения. П.И: “День и ночь”, “Салки без мяча”.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
4.	Бег. Пробегание отрезков 30 м, 60 м. П.И “Волк во рву”, “Третий - лишний”, “Удочка”. Комбинированные эстафеты	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
5.	Бег приставным шагами (правым и	1	0	1	https://myschool.edu.ru/

	левым боком, спиной вперед). П.И: “День и ночь”, Комбинированные эстафеты.				
6.	Бег приставным шагами (правым и левым боком, спиной вперед). П.И: “День и Оночь”. Комбинированные эстафеты.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
7.	Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему необходимо осалить убегающих игроков и игры эстафеты	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
8.	Прыжки вперед и назад “лягушкой”. Поисковые игры.	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
9.	Прыжки вперед и назад “лягушкой”. Поисковые игры.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
10.	Прыжки вперед и назад “лягушкой”. Поисковые игры.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
11.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
12.	Спортивные игры. Челночный бег.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
13.	Основная стойка баскетболиста. Бег с изменением направления	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
14.	Челночный бег. Основная стойка баскетболиста. Бег с изменением направления. Игры с мячом.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
15.	Прыжки через препятствия.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
16.	Сочетание передвижений, остановок, поворотов. Ловля двумя руками мяча. Передача мяча двумя руками от	1	0	1	https://myschool.edu.ru/

	груди. Игры с мячом				
17.	Тройной прыжок с места. Ведение мяча правой, левой рукой и попеременно. Игры с мячом	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
18.	Прыжки, упражнения со скакалкой. Игры с мячом	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
19.	Спортивные эстафеты	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
20.	Спортивные эстафеты	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
21.	Повороты на месте: вперед, назад. Сочетание передвижений, остановок, поворотов. Ловля двумя руками мяча.	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
22.	Повороты на месте: вперед, назад. Сочетание передвижений, остановок, поворотов. Ловля двумя руками мяча.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
23.	Передача мяча двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте.	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
24.	Передача мяча двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
25.	Ведение с изменением направления. Броски мяча двумя руками, от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
26.	Спортивные соревнования на точность метания	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
27.	Спортивные соревнования с передачей мяча	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
28.	Комбинированные эстафеты	1	1	0	https://myschool.edu.ru/
29.	Комбинированные	1	0	1	https://myschool.edu.ru/

	эстафеты				
30.	Игры с бегом	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
31.	Игры с бегом	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
32.	Игры с бегом	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
33.	Игры с бегом	1	0	1	https://myschool.edu.ru/
34.	Итоговое занятие. Игры, эстафеты.	1	0	1	https://myschool.edu.ru/