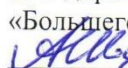


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Управление образования администрации
Иркутского районного муниципального образования
МОУ ИРМО «Большоголоустненская ООШ»

РАССМОТРЕНО:
на заседании МО классных
руководителей
Руководитель МО:
 Е. М. Рычкова
Протокол № 7 от 04.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по
УВР:
 О. С. Обоева
05.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
И. о директора МОУ ИРМО
«Большоголоустненская ООШ»:
 А. В. Шонов
Приказ от 05.08.2024 г.
№ 975-од



**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»
(1-4 классы, НОО)**

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов и разработана на основе ФГОС НОО. Программа «Спортивные игры» учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности младшего школьника. Рабочая программа курса «Спортивные игры» реализует **направление внеурочной деятельности «Спортивно- оздоровительное»** в начальной школе.

Актуальность данной рабочей программы курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» состоит в том, что она включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранения и укрепление физического и психического здоровья.

Содержание деятельности направлено на формирование у школьников активисткой культуры здоровья, связанной с занятиями спортом и предполагающей:

1. Интерес к спорту и оздоровлению, потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремлению показывать как можно более высокие спортивные результаты.
2. Знания в области оздоровления, спортивной подготовки и организации спортивных соревнований.
3. Умение использовать эти знания для эффективной организации спортивной подготовки, успешного выступления в соревнованиях.
4. Спортивный образ жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях.

Программа разработана с учётом возрастных физиологических особенностей обучающихся. Специфика тренировочного процесса базируется на наличии сензитивных (чувствительных) периодов развития физических качеств. Вместе с тем внимание уделяется воспитанию тех физических качеств, которые в том или ином возрасте активно не развиваются.

Важным в занятиях общей физической подготовки является соблюдение соразмерности в развитии тех качеств, в основе которых лежат разные физиологические механизмы (выносливость, скорость, сила).

Целью данной программы является создание условий для оздоровления и физического развития подрастающего поколения, совершенствование необходимых физических качеств и связанных с ними способностей.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач.

1. Оздоровительные задачи:

- пропаганда здорового образа жизни;
- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
- обеспечение оптимального для каждого возраста и пола

гармоничного развития физических качеств;

- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков;
- вовлечение детей в систематические занятия физкультурой и спортом.

2. Образовательные задачи:

- формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения;
- обучение способам овладения различными элементами игры в баскетбол;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по баскетболу.

3. Воспитательные задачи:

- формирование и развитие подростковых общественных и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.
- гражданское и патриотическое воспитание учащихся;
- воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;
- воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

В соответствии с планом внеурочной деятельности

МОУ ИРМО «Большоголоустненская ООШ» рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год в 1-4 классах).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Регулятивные УУД:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные УУД:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- контролировать действия партнёра;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «баскетбол», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки,

уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», «баскетбол», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

МЕТОДЫ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по

частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы организации внеурочной деятельности: школьный спортивный клуб, секция.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Виды внеурочной деятельности: игровая, спортивно-оздоровительная деятельность.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Воспитательные результаты урочной спортивно-оздоровительной деятельности школьников распределяются по трём уровням:

Результаты 1 уровня

- **приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни:** приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о ТБ при занятиях спортом; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска и обработки информации.

Результаты 2 уровня

- **формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом:** развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

Результаты 3 уровня

- **приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия:** приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности и за других.

При достижении трёх уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации учащихся.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять специальные требования по технической и тактической подготовке;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- играть в баскетбол.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Материал программы дается в двух разделах:

- подвижные игры;
- спортивные игры (волейбол, футбол, гандбол).

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Подвижные игры.

«Медведь спит», «Весёлая скакалка», «Снип –Снап», «Быстрая тройка», «Хвостики», «Паровоз», «Игра белок», «Разведчики» и др.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Использование электронных (цифровых) образовательных ресурсов
Подвижные игры					
1.	Овладение знаниями	1	1	0	http://www.infosport.ru
2.	Развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	1	0	1	
3.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	1	0	1	
Спортивные игры					
4.	Изучение индивидуальной техники игры: передача, передвижение по площадке с облегченным мячом	1	1	0	https://studme.org/121201244106/meditsina/vidy_sovremennogo_sporta
5.	Изучение индивидуальной техники игры: передача, передвижение по площадке с облегченным мячом	1	0	1	
6.	Изучение индивидуальной техники игры: ловля, передача	1	0	1	
7.	Изучение индивидуальной техники игры	1	0	1	
8.	Освоение групповой техники. Изучение основ техники в защите и нападении.	1	0	1	
9.	Освоение групповой техники.	1	0	1	
Подвижные игры					
10.	Развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	1	1	0	http://summercamp.ru/
11.	Развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	0	1	

12.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	1	0	1	
13.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	1	0	1	
14.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	1	0	1	
15.	Развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	0	1	
16.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	1	0	1	
Спортивные игры (волейбол)					
17.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	1	0	http://www.volley.ru
18.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
19.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
20.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
21.	Изучение основ тактических действий.	1	0	1	
22.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
Гандбол					
23.	Изучение основ индивидуальной техники ловля, передача	1	1	0	https://rushandball.ru/

24.	Изучение основ индивидуальной техники: ловля, передача. Изучение основ тактического взаимодействия.	1	0	1	
25.	Изучение основ индивидуальной техники: ловля, бросок	1	0	1	
26.	Изучение основ индивидуальной техники: ловля, бросок	1	0	1	
27.	Изучение основ тактических действий	1	0	1	
28.	Изучение основ тактических действий	1	0	1	
Футбол					
29.	Изучение основ индивидуальной техники игры: передача, ведение	1	1	0	https://rfs.ru/
30.	Изучение основ индивидуальной техники игры: передача, ведение, остановка	1	0	1	
31.	Изучение основ индивидуальной техники игры: передача, ведение, остановка	1	0	1	
32.	Изучение основ индивидуальной техники: удар по воротам малым мячом	1	0	1	
33.	Освоение основ групповой техники игры в атаке и защите	1	0	1	
Подвижные игры					
34.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/4/
	Итого	34 часа	6 часов	28 часов	

Календарно-тематическое планирование

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Дата проведения
Подвижные игры					
1.	Овладение знаниями	1	1	0	
2.	Развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	1	0	1	
3.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	1	0	1	
Спортивные игры					
4.	Изучение индивидуальной техники игры: передача, передвижение по площадке с облегченным мячом	1	1	0	
5.	Изучение индивидуальной техники игры: ловля, передача	1	0	1	
6.	Изучение индивидуальной техники игры	1	0	1	
7.	Освоение групповой техники. Изучение основ техники в защите и нападении.	1	0	1	
8.	Изучение индивидуальной техники игры: передача, передвижение по площадке с облегченным мячом	1	0	1	
9.	Освоение групповой техники.	1	0	1	
Подвижные игры					
10.	Подвижные игры. Развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	1	1	0	

11.	Развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	0	1	
12.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	1	0	1	
13.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	1	0	1	
14.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	1	0	1	
15.	Развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве	1	0	1	
16.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	1	0	1	
Спортивные игры (волейбол)					
17.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	1	0	
18.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
19.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
20.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
21.	Изучение основ тактических действий.	1	0	1	
22.	Изучение основ индивидуальной техники: приём и передача мяча	1	0	1	
Гандбол					

23.	Изучение основ индивидуальной техники приём и передача	1	1	0	
24.	Изучение основ индивидуальной техники: ловля, передача. Изучение основ тактического взаимодействия.	1	0	1	
25.	Изучение основ индивидуальной техники: ловля, бросок	1	0	1	
26.	Изучение основ индивидуальной техники: ловля, бросок	1	0	1	
27.	Изучение основ тактических действий	1	0	1	
28.	Изучение основ индивидуальной техники	1	0	1	
Футбол					
29.	Изучение основ индивидуальной техники игры: передача, ведение, остановка	1	1	0	
30.	Изучение основ индивидуальной техники игры: передача, ведение	1	0	1	
31.	Изучение основ индивидуальной техники игры: передача, ведение, остановка	1	0	1	
32.	Изучение основ индивидуальной техники: удар по воротам малым мячом	1	0	1	
33.	Освоение основ групповой техники игры в атаке и защите	1	0	1	
Подвижные игры					
34.	Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	1	0	1	
	Итого	34 часа	6 часов	28 часов	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/9/4/>

<https://rfs.ru/>

<https://rushandball.ru/>

<http://www.volley.ru>

<http://summercamp.ru/>