


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
гимназия №33

<p>РАССМОТРЕНО ОДОБРЕНО на заседании кафедры протокол №1 от «<u>22</u>» <u>08</u> 20<u>23</u> г.  зав. кафедрой <u>В. Чагар</u> - <u>И. Дроздова Е.Е.</u></p>	<p>И СОГЛАСОВАНО  Зам. директора по ВР  <u>Е.А Хорошенкова</u>  «1» сентября 2023 г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ  И. о. директора МБОУ гимназия № 33  <u>З.Н. Диарова</u>  Приказ № 694 от «1» сентября 2023 г.</p> 
---	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности

**СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ**

Срок реализации программы: 2023-2024 уч. гг.

Ульяновск, 2023

## СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

### Пояснительная записка

Программа курса «Спортивные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён Приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 286 от 31 мая 2021 г.) и с учётом программы начального общего образования «Физическая культура». Программа может быть использована во 2-4 классах (1 час в неделю). Общее количество часов: 34 часа.

**Цель программы** – формирование разносторонне и гармонически физически развитой личности, способной совершенствовать свойственные каждому человеку физические способности в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, а также активно использовать средства физической культуры в организации здорового образа жизни и укреплении собственного здоровья.

#### **Задачи:**

1. Укрепление физического здоровья, развитие основных физических качеств, закаливание организма.
2. Освоение знаний о физической культуре и спорте и их роли в формировании здорового образа жизни.
3. Формирование здорового образа жизни.
4. Формирование у обучающихся заинтересованности в уроке физической культуры, желания у «сидящего ученика» подняться со скамейки.
5. Развитие у обучающихся способностей коллективного взаимодействия с другими обучающимися, а также общения с природой в процессе занятий физической культурой.
6. Формирование умения развивать свою личность в культурном плане путём приобретения знаний относительно национальных и местных традиций.

Актуальность программы обусловлена введением третьего часа физической культуры и необходимостью для педагогов, особенно молодых специалистов, в определении его содержания. Программа призвана помочь педагогам выбрать свой вариант уроков.

Новизна программы состоит в том, что каждый учитель может выбрать из нее подходящий модуль, т. е. тот модуль, которым он на данный момент владеет лучше и может применить его на третьем уроке физической культуры.

Использование программы будет способствовать профессиональному общению учителей, обмену опытом, нахождению новых интересных идей для уроков, и, тем самым, повышать не только педагогический уровень учителей, но и создавать условия, чтобы сделать занятия физической

культуры более плодотворными, интересными, повысить интерес к занятиям, формирующим творческую активность и самостоятельность.

Мониторинг результатов внедрения программы, проведенный среди обучающихся, показал значительный рост интереса к физической культуре.

### **Ценностные ориентиры содержания курса «Спортивные игры»**

Содержание курса спортивно-оздоровительного направления направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Условием приема для обучения в группы (внеурочная деятельность) является наличие допуска-справки от врача о состоянии здоровья, так как местом реализации образовательной программы является спортивный зал, оборудованный специальным оборудованием. Отличительная особенность такой программы физического развития обучающихся от других аналогичных заключается в том, что обучение сочетает в себе теоретические и практические занятия в спортивном зале. Теоретический материал излагается в форме бесед. Основное время уделяется практическим занятиям.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные**

#### **Обучающийся научится**

- Определять уровень развития физических качеств;
- Договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения;
- Проявлять инициативу в выборе и проведение подвижных игр;
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Преодолевать трудности;
- Проявлять целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма;
- Добиваться успеха во внеурочной деятельности.

#### **Метапредметные**

#### **Обучающийся научится**

- Управлять своими эмоциями;
- Взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других;
- Раскрывать на примерах личностного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие;

- Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения на занятиях;
- Оказывать моральную поддержку сверстникам во время соревнований.

### **Формы и режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

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

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу “Спортивные игры” вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, 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.

1. Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

2. Игры-поиски. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

3. Игры с быстрым нахождением своего места. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое).

Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

### **Контроль и оценка планируемых результатов**

Уровень результатов	Полученные результаты	Условия для достижения результатов
Первый уровень	Приобретение школьником представления о социальных	Взаимодействие ученика со своими

	знаниях первичного понимании социальной реальности и повседневной жизни	учителями, как значимыми для них носителями положительного социального знаниями и повседневного опыта
Второй уровень	Получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества	Взаимоотношение школьников между собой на уровне класса, школы, то есть защищенной просоциальной среде. Именно в такой среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить, или отвергать
Третий уровень	Получение школьником опыта самостоятельного общественного действия	Только в общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится, а не просто узнает о том, как стать социальным деятелем, гражданином, свободным человеком)

## Содержание курсов «Спортивные игры»

### Игры с элементами спортивных игр:

#### 1. Легкая атлетика – 9 занятий

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

#### 2. Ритмическая гимнастика – 10 занятий

Игры с элементами ритмической гимнастики способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально-ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

#### 3. Подвижные игры – 9 занятий

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

#### 4. Лыжная подготовка - 6 занятия

Игры с элементами корректирующие движения лыжника и быстроту реакции.

### Методическое обеспечение

Программа предусматривает практическую деятельность: спортивно-прикладные физические упражнения; гимнастические корригирующие физические упражнения (общеразвивающие, специальные и дыхательные); оздоровительный бег; аэробные упражнения; игры. Для ее выполнения необходим спортивный зал с гимнастическими ковриками, гимнастическими матами, гимнастической стенкой, спортивный инвентарь на каждого ребенка:

- скакалки
- гимнастические обручи
- резиновые мячи
- волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи
- набивные мячи (по 1-3 кг),
- ракетки для бадминтона, воланы
- степ-платформы
- учебно-методическая литература;
- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки с описанием комплексов упражнений, альбомы, фотографии

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и

воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса “Физическая культура” в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком

### Содержание курса

п/п	Разделы	4 класс		3 класс		2 класс	
		т	п	т	п	т	п
1	Игры на взаимодействие между учащимися	1	1	1	1	1	1
2	Игры, содействующие развитию двигательных качеств	1	1	1	1	1	1
3	Игры с элементами легкой атлетики	1	7	1	7	1	7
4	Игры с элементами футбола	1	6	1	6	1	6
5	Игры с элементами волейбола	1	6	1	6	1	6
6	Игры с элементами баскетбола	1	5	1	5	1	5
	<b>Всего часов</b>	<b>34</b>		<b>34</b>		<b>34</b>	