

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №28»

Приложение к ООП НОО
Приложение № 73/1-О от 26.08.2020

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для 1-4 классов

Составитель программы:
учитель физической культуры
Михайлис Максим Викторович

Новокузнецкий городской округ,

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли учащегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Ин-

тернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета; 9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинноследственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Формы организации: кружок

Виды деятельности: познавательная, практическая, игровая.

№ п/п	Раздел программы	Тема занятия	Виды деятельности
1	Инструктаж	Инструктаж по ТБ (подвижные и спортивные игры).	Руководствоваться правилами ТБ.
2	«В здоровом теле – здоровый дух»	Осанка – стройная спина.	Узнать об особенностях воздействия двигательной активности на организм человека.
3		Утренняя зарядка.	Узнать об особенностях воздействия двигательной активности на организм человека.
4		Режим дня.	Научиться способам сохранения и укрепления здоровья.

5		Гигиена тела.	Научиться способам сохранения и укрепление здоровья. Использовать полученные теоретические знания.
6	Мир движений	Удивительная пальчиковая гимнастика.	Освоить особенности воздействия двигательной активности на организм человека.
7		Развитие скоростных качеств.	Уметь правильно выполнять движения в прыжках и беге, правильно приземляться.
8		Развитие выносливости.	Уметь правильно выполнять движения в прыжках и беге, правильно приземляться.
9		Весёлая скакалка.	Уметь правильно выполнять движения в прыжках и беге, правильно приземляться.
10		Путешествие по «островам».	Демонстрировать движения в прыжках и беге в условиях соревнований.
11		Гимнастика (организующие команды и приёмы)	Строевые упражнения.
12	Построения, перестроения.		Выполнять построения и перестроения из колонны по одному в колонны по 3,4 и обратно.
13	ОРУ в движении.		Выполнять по счёту ОРУ в движении.
14	ОРУ без предметов.		Выполнять комплекс упражнений без предметов.
15	ОРУ с предметами. Прыжки через скакалку.		Выполнять комплекс упражнений, прыжки через скакалку на двух ногах.
16	Лёгкая атлетика	Ходьба, бег, прыжки	Освоить «школу движений».
17		Техника бега на короткие дистанции (подводящие упражнения).	Научиться правильно стартовать, ускоряться на коротком отрезке и правильно финишировать.
18		Эстафетный бег.	Ускоряться на коротком отрезке и правильно передавать эстафетную палочку.
19		Челночный бег 3X10.	Осваивать технику челночного бега, использовать полученные навыки в подвижных играх.
20		Прыжок в длину с места. Эстафеты с элементами прыжков.	Осваивать технику отталкивания при прыжке в длину с места, использовать полученные навыки в подвижных играх.
21	Подвижные игры	Подвижные игры.	Знать правила подвижной игры, применять имеющиеся навыки физических качеств, осваивать новые двигательные умения. Варьировать технику игровых действий в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Осваивать игровую деятельность, использовать навыки при определённых правилах и заданиях.
22		Подвижные игры на развитие ловкости.	Моделировать техники игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникаю-

			щих в процессе игровой деятельности.
23		Подвижные игры на развитие скорости.	Применять имеющиеся навыки физических качеств, осваивать новые двигательные умения.
24		Подвижные игры с элементами прыжков.	Использовать физические упражнения и навыки двигательных действий в подвижных играх.
25		Весёлые старты.	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Знать правила игры, применять имеющиеся навыки физических качеств.
26		Игры по станциям «Здоровый образ жизни».	Применять имеющиеся навыки физических качеств в соревновательной деятельности.
27	Эстафеты	Эстафета по кругу.	Научиться выполнять эстафетный бег и задания в соревновательной деятельности.
28		Эстафета с мячами, скакалками.	Научиться выполнять эстафетный бег и задания в соревновательной деятельности.
29		Эстафеты «Паровозик».	Научиться выполнять эстафетный бег и задания в соревновательной деятельности.
30		Эстафета с передачей палочки.	Научиться выполнять эстафетный бег и задания в соревновательной деятельности.
31	Спортивные игры	Инструктаж по ТБ (пионербол).	Руководствоваться правилами ТБ.
32		Стойка игрока. Перемещение в стойке.	Выполнять правильно стойку игрока, передвигаться в игре (бег, ходьба, остановки, повороты).
33		Приём и передача мяча через сетку.	Выполнять приём мяча и передачи мяча через сетку.
34		Подвижные игры с элементами пионербола.	Моделировать техники игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
35		Двусторонняя игра.	Выполнять технико-тактические действия в условиях двусторонней игры.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	Всего часов
1	Инструктаж	1	1	1	1	4
2	«В здоровом теле – здоровый дух»	4	4	4	4	16
3	Мир движений	5	5	5	5	20
4	Гимнастика	5	5	5	5	20
5	Лёгкая атлетика	4	5	5	5	19
6	Подвижные игры	10	11	6	6	33
7	Эстафеты	4	4	4	4	16
8	Спортивные игры	-	-	5	5	10
	Всего:	33	35	35	35	138