

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Горьковская средняя общеобразовательная школа
Тюменского муниципального района**

Рассмотрено на заседании МО классных руководителей <u>Дудолова Е.Л.</u> /Дудолова Е.Л./ Протокол № 1 « <u>31</u> » <u>08</u> 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора <u>Осина Л.А.</u> /Осина Л.А./ « <u>01</u> » <u>09</u> 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор ОУ <u>Левченко О.В.</u> /Левченко О.В./ Приказ № <u>291/09</u> « <u>01</u> » <u>09</u> 2023 г.
--	---	--

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

Кружок

«Спортивные игры»

Учебный год:

2023 - 2024

Класс:

1

Количество часов в год:

33

Количество часов в неделю:

1

Учитель: Куят М.А., Пелымская С.А.

Содержание курса

Тема 1 Здоровый образ жизни. Беседа о здоровом образе жизни.
Тема 2 Здоровье в порядке- спасибо зарядке! Комплекс упражнений утренней гимнастики.
Тема 3 Личная гигиена Что такое гигиена. Правила личной гигиены.
Тема 4 Профилактика травматизма. Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.
Тема 5 Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки.
Современные подвижные игры: Тема 6 «Мяч по кругу». Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – коснуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, становится ведущим.
Тема 7 «Поймай рыбку». Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удастся образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.
Тема 8 «Цепи кованы». 2 команды встают в шеренги лицом друг к другу на расстояние 10 - 30 м. Расстояние между отдельными игроками 1 м. Играющие держатся за руки. По сигналу учителя одна из команд начинает игру словами: -Цепи кованы -Раскуйте нас. Вторая команда отвечает: -Кем из нас? и посылает игрока к команде - сопернице. Он должен попытаться разорвать цепь игроков этой команды. Если это игроку удастся, то он забирает с собой двух игроков, образовавших порванное им звено цепи. Если же нет, то он сам становится "пленником". Игроки обеих команд по очереди повторяют свои попытки.
Тема 9 Профилактика травматизма. Инструкция по ТБ.
Тема 10 «Змейка на асфальте». Начертить прямую и изогнутую линию и учиться ходить по ней, тренируя координацию.
Тема 11 «Бег с шариком». Игроки от каждой команды получают по одному шарiku и ложке. По сигналу учителя игроки должны взять ложку с шариком и начать бег, стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.
Тема 12 «Нас не слышно и не видно». Учитель завязывает водящему глаза. Остальные располагаются в 20 шагах от него по кругу. Тот из детей, на кого укажет учитель, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий. Заслышав движение, должен указать рукой, откуда он его слышит. Если он укажет правильно, то незадачливому невидимке придется стать ведущим. Победит тот, кто сумеет приблизиться к ведущему и дотронуться его рукой.
Тема 13 «Третий лишний». Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого-то не поймают.
Тема 14 «Ворота» Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. «Ворота» произносят: Наши ворота Пропускают не всегда! Первый раз прощается, Второй запрещается,

А на третий раз Не пропустим вас! После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».
Тема 15 «Чужая палочка». Для этой игры берут две небольшие одинаковые палочки. По сигналу учителя нужно бросить свою палку как можно дальше и тут же побежать за палочкой противника. Побеждает тот, кто первый вернется с чужой палочкой.
Тема 16 «Белки, шишки и орехи». Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит «белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время водящий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит «орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.
Тема 17 Профилактика травматизма. Правила поведения на спортивной площадке, правила поведения в команде.
Тема 18 Нарушение осанки. Упражнения для укрепления осанки.
Тема 19 «След в след» Догоняющий должен гнаться за убегающим, наступая точно след в след. После можете посмотреть получившиеся следы.
Тема 20 Эстафета Команды становятся в одну линию друг за другом, и каждый участник получает по одному снежку (снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги.) По команде учителя игрок бросает первый снежок, а второй ребенок бежит к месту падения «снежного снаряда» и оттуда запускает свой снежок. Таким же образом поступают и все остальные игроки из команды. Когда все участники сделали бросок, победа присуждается той команде, которая отошла дальше от стартовой линии, то есть побеждают те, чьи броски в сумме оказались самыми дальними.
Тема 21 «Мишень» Выберите себе мишень – нарисуйте на бумаге и прикрепите, или просто пометьте мелом на заборе или другой поверхности. Снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги. Чья команда большее количество раз попадет в мишень.
Тема 22 «С кочки на кочку» Учитель чертит на снегу круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами - 40-50 сантиметров. Ребенку нужно прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.
Тема 23 «Без пары» Взявшись за руки дети образуют два круга, один внутри, другой снаружи, при этом во внешнем круге на одного человека должно быть меньше. Дети двигаются по кругу. По сигналу учителя дети берут друг друга за руки, образуя пары. Тот, кто остался без пары, пляшет либо рассказывает стих, отгадывает загадку и тд.
Тема 24 «Веревоочка» Играющие образуют круг, держась руками за веревку. Водящий, передвигаясь произвольно внутри круга, старается ударить кого-либо по руке. Кто не успел отдернуть руку, становится водящим
Тема 25 «Плетень» Играющие разбиваются на две команды и встают напротив друг друга, образуя плетень, для этого надо скрестить руки перед собой и взяться за руки с соседями. Построившись, ребята двигаются навстречу другой команде со словами: Раз, два, три, четыре. Выполнять должны приказ- Нет, конечно, в целом мире Дружбы крепче, чем у нас!

По команде учителя дети разбегаются в разные стороны, а по второму сигналу должны вернуться на свои места и образовать плетень. Выигрывает та команда, которая сделает это быстрее.
Тема 26 Профилактика травматизма. Правила поведения в команде. Правила ТБ,
Тема 27 «Кто больше». Поставьте на снегу в линию несколько пустых пластиковых бутылок. Игроки должны встать в 20 – 30 шагах от бутылок. Каждый игрок кидает по три снежка (изготовленного из фольги) за один раз. Выигрывает тот, кто сбил большее количество бутылок.
Тема 28 «Успевай, не зевай». Дети идут в колонне по одному. Учитель дает заранее обговоренные сигналы – звуковые (хлопок ладонями). Например: когда ведущий хлопает в ладоши один раз, то дети бегут, когда хлопает два раза – дети садятся, когда три – дети идут.
Тема 29 «День и ночь». Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.
Тема 30 «Наперегонки парами». Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку. По сигналу педагога игроки с флажками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флажки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флажки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флажок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флажков раньше.
Тема 31 «Ловушки-перебежки». Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.
Тема 32 «Вызов номеров». Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булавы, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.
Тема 33 Эстафета. Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линии. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположной стороны (до отмеченного места), останавливаются, бросают мяч двумя руками в стену, ловят его, и ведут мяч обратно. На расстоянии 3-4 м от колонны они останавливаются, передают мяч двумя руками от груди очередному игроку и сами становятся в конец колонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведения расставить булавы, тогда игроки должны вести мяч, обводя их.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

1. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
2. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
3. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
4. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Универсальные учебные действия

Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Спортивные игры» являются:

1. Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели.
2. Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
3. Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

1. Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
2. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.
3. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
4. Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.
5. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
6. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
7. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
8. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.
9. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.
10. Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
11. Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

1. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
2. Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.
3. Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
4. Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.
5. Организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
6. Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.
7. В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
8. Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.
9. Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
10. Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ

КАЖДОЙ ТЕМЫ УЧЕБНОГО КУРСА, ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПО ЭТОЙ ТЕМЕ ЭЛЕКТРОННЫХ (ЦИФРОВЫХ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫМИ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ, ПРЕДСТАВЛЕННЫМИ В ЭЛЕКТРОННОМ (ЦИФРОВОМ) ВИДЕ И РЕАЛИЗУЮЩИМИ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ИКТ, СОДЕРЖАНИЕ КОТОРЫХ СООТВЕТСТВУЕТ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВУ ОБ ОБРАЗОВАНИИ

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
--

Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде. Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.

Ориентированный на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.

Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Здоровый образ жизни	1	Принятие информации	allforchildren.ru
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке	1	Выполнение заданий на развитие внимания. Участие в игре.	Azbuka.ru
3	Личная гигиена	1	Принятие информации	allforchildren.ru
4	Профилактика травматизма	4	Принятие информации	allforchildren.ru
5	Нарушение осанки	2	Выполнение заданий на осанку .Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач, уметь договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.	allforchildren.ru
6	Современные подвижные игры	24	Выполнение правил игры, соблюдение правил безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость. Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Igry-na-ulice.ru
	Итого	33ч		

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Тема	Основные виды деятельности обучающихся	Дата по программе	Дата фактически
1	Здоровый образ жизни	Выполнение заданий на развитие внимания. Участие в игре.	6.9	
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	Выполнение заданий на развитие внимания. Участие в игре.	13.9	
3	Личная гигиена	Выполнение заданий на развитие внимания. Участие в игре.	20.9	
4	Профилактика травматизма	Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и	27.9	

		оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач, уметь договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.		
5	Нарушение осанки	Выполнение правил игры, соблюдение правил безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость	4.10	
6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	Выполнение правил игры, соблюдение правил безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции,	11.10	
7	«Поймай рыбку»	Выполнение правил игры, соблюдение правил безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции,	18.10	
8	«Цепи кованы»	Участие в игре	25.10	
9	Профилактика травматизма	Выполнение правил игры, соблюдение правил безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции,	8.11	
10	«Змейка на асфальте»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	15.11	
11	«Бег с шариком»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	22.11	
12	«Нас не слышно и не видно»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	29.11	
13	«Третий лишний»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	6.12	
14	«Ворота»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	13.12	
15	«Чужая палочка»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	20.12	
16	«Белки, шишки и орехи»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	27.12	
17	Профилактика травматизма	Выполнение заданий на осанку	10.1	
18	Нарушение осанки	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	17.1	
19	«След в след»	Контролирование и оценивание процесса и результата своей деятельности, умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено.	24.1	
20	Эстафета	Выполнение заданий на развитие ловкости.	31.1	
21	« Мишень»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	7.2	

22	«С кочки на кочку»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	14.2	
23	«Без пары»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	28.2	
24	«Веребочка»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	6.3	
25	«Плетень»	Принятие информации	13.3	
26	Профилактика травматизма	Выполнение заданий на развитие мышления	20.3	
27	«Кто больше»	Уметь формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действие в соответствии с поставленной задачей, адекватно воспринимать предложение учителя, творчески подходить к решению поставленных задач.	3.4	
28	«Успевай, не зевай»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	10.4	
29	«День и ночь»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	17.4	
30	«Наперегонки парами»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	24.4	
31	«Ловушки-перебежки»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	8.5	
32	«Вызов номеров»	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	15.5	
33	Эстафета	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	22.5	