

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Магаданской области

Управление образования администрации Омсукчанского

муниципального округа

МБОУ "СОШ п. Омсукчан"

РАССМОТРЕНО

Руководитель
МО "Радуга"



Гуцина О.А.

Протокол № 1
от «26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР



Дубская О.А.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора МБОУ
"СОШ п. Омсукчан"



Костыгина Н.В.

Приказ № 100
от «26» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Спортивные игры»

для обучающихся 4 «А» класса

п. Омсукчан, 2024

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для обучающихся 1-4 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования, а также с учетом:

- Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 № 273-ФЗ);
- областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области».
- федеральной рабочей программы воспитания, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 г. № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»
- федеральной учебной программой по физической культуре для 1-4 классов образовательной организации

Цель: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, формировать коммуникативные компетенции.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья учащихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию учащегося, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

На изучение курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» 34 часа в 4 классе (1 час в неделю).

Содержание курса внеурочной деятельности

4 класс

Раздел I. Основы знаний

1. Правила по ТБ при проведении спортивных игр.
2. Характеристика деятельности спортивных секций по видам спорта и детско-юношеских спортивных школ.
3. Характеристика пионербола, правила игры, судейство.
4. Характеристика баскетбола, правила игры, судейство.

Раздел II. Общая физическая подготовка.

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Бег с ускорением на 30,40, 50 метров. Бег с высокого старта на 60-100 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 м, 6х10 м, бег 10-12 минут.

Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину.

Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг.

Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой 60 см

Раздел III. Подвижные игры на развитие физических качеств.

- подвижные игры с элементами спортивных игр: «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей по кругу», «Перестрелка», «Мяч ловцу», пионербол и баскетбол по упрощенным правилам;

- Для развития быстроты и силы: «Борьба за мяч»;

- Для развития выносливости: «Удочка», «Комбинированная эстафета», «Эстафета зверей», «Линейная эстафета», «Круговая эстафета», «Кто обгонит»;
- Для развития ловкости: «Челночная эстафета», «Третий лишний», эстафеты с предметами, встречные эстафеты;
- Для развития гибкости: «Разведчики», «Встречи на скамейках»;
- Подвижные игры на внимание: «Класс смирно», «Правильно- неправильно», «Угадай кто подходил», «Музыкальная змейка»;

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности

4 класс

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; Готовность к преодолению трудностей; Целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма; Ориентация на понимание причин успеха во внеурочной деятельности.	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения Оказание моральной поддержки сверстникам во время соревнований.	Выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации; играть по упрощенным правилам спортивные игры; Самостоятельно организовывать и проводить спортивные соревнования; Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга.

4 «А» класс

№	Раздел (количество часов) Тема урока	Количество часов Отводимых на изучение темы	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы)	Дата проведения урока	Корректировка даты (в случае необходимости)
1	Правила ТБ при проведении спортивных игр. Гигиена, предупреждение травм, самоконтроль.	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	06.09.24	
2	Характеристика баскетбола, правила игры, судейство	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	13.09.24	
3	Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	20.09.24	
4	Комбинация из основных элементов техники передвижений	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	27.09.24	
5	Ловля и передача мяча от груди	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	04.10.24	
6	Передача мяча в парах на месте. Передача мяча в парах в движении	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	11.10.24	

7	Броски мяча одной рукой. Броски мяча в корзину	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	18.10.24	
8	Активные приемы защиты. Персональная защита	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	25.10.24	
9	Развитие двигательных качеств. Элементы баскетбола	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	08.11.24	
10	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	15.11.24	
11	Подвижные для развития быстроты и силы	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	22.11.24	
12	Подвижные игры для развития выносливости	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	29.11.24	
13	Техника передвижения с мячом. Комбинации из элементов	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	06.12.24	
14	Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Передачи в парах на месте	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	13.12.24	
15	Броски мяча двумя руками. Броски мяча в корзину	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	20.12.24	
16	Развитие двигательных качеств. Двусторонние игры	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	27.12.24	
17	Спортивная игра «Баскетбол»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	10.01.25	
18	Спортивная игра «Баскетбол»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	17.01.25	
19	Спортивная игра «Баскетбол»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	24.01.25	
20	Правила игры в пионербол. Передача мяча в парах, тройках. Техника подачи мяча	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	31.01.25	
21	Спортивная игра «Пионербол»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	07.02.25	
22	Спортивная игра «Пионербол»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	14.02.25	
23	Спортивная игра «Пионербол»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	21.02.25	
24	Общая физическая подготовка	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	28.02.25	

				collection.edu.ru		
25	Комбинированная эстафета	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	07.03.25	
26	Подвижные игры для развития гибкости	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	14.03.25	
27	Подвижные игры на внимание	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	21.03.25	
28	Полоса препятствий «Разведчики»	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	04.04.25	
29	Общая физическая подготовка	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	11.04.25	
30	Подвижные игры для развития ловкости	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	18.04.25	
31	Эстафета с предметами, встречные эстафеты	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	25.04.25	
32	Челночная эстафета	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	02.05.25	
33	Игротека подвижных игр	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	16.05.25	
34	Эстафета с предметами, встречные эстафеты	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	23.05.25	
	Итого	34ч				