

**Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя школа
с. Чертановка Кузоватовского района Ульяновской области**

РАССМОТРЕНО

на заседании Пед. совета
МОУ СШ с.Чертановка

Протокол № 2 от «27» 08
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР МОУ
СШ с. Чертановка

Михайлина В.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ СШ
с.Чертановка

Кудряшова О.Е.
Приказ № 146 от «27» 08 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

« Подвижные и спортивные игры»

Срок реализации программы : 1 год

Возраст обучающихся: 8-10 лет

Составитель: Васильева Елена Ивановна,
учитель физической культуры

Чертановка 2024 г.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты

- Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья; целостный, социально-ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
 - оценивать собственное поведение и поведение партнёра; планировать цели и пути их достижения;
 - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
 - конструктивно разрешать конфликты;
 - адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

Коммуникативные УУД:

- овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

Предметные результаты

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий,

- доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться со спортивным инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

Теория : познакомить с правилами подвижных и спортивных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Практика:

- закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.
- закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.
- закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Раздел Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)

Теория : познакомить с правилами подвижных и спортивных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Практика:

Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Раздел Русские народные игры (5 ч.):

Теория : познакомить с правилами подвижных и спортивных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Практика:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Зимние забавы (4ч)

Теория : познакомить с правилами подвижных и спортивных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Практика:

«Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «Метко в цель», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования и эстафеты (3ч)

Теория : познакомить с правилами подвижных и спортивных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Практика:

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретически занятия	Практические занятия
1.	Знания о физической культуре Способы двигательной деятельности	1	1	-
2.	Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики	11	-	11
3.	Подвижные игры с элементами спортивных игр	10	-	10
4.	Русские народные игры	5		5
5.	Зимние забавы	4		4
6.	Соревнования и эстафеты	3		3
6.	ИТОГО	34	1	33

