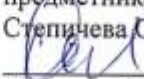


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Манинская средняя общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»  
Руководитель методического  
объединения учителей-  
предметников  
Степичева О.И.  
  
\_\_\_\_\_  
Протокол № 1  
от 31.08.2023 г.

«Согласовано»  
Заместитель директора  
  
Шостак Н.В.  
01.09.2023 г.

«Утверждаю»  
Директор школы  
  
Новикова Г.В.  
Приказ № 126  
01.09.2023 г.  
М.П.



Приложение  
к основной образовательной  
программе основного общего  
образования  
(утверждена приказом № 112  
от 01 сентября 2023 г.)

**ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**«Подвижные игры»**

**НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ**  
1-4 классы

Калужская область  
Людиновский район  
д. Манино  
2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале и на площадке веселыми и разнообразными подвижными спортивными играми.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности являются:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «06» декабря 2009 г. № 373 с учётом изменений от 29 декабря 2014 года (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1643, зарегистрированный в Министерстве юстиции Российской Федерации 6 февраля 2015 года №35916)
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации и обучения в общеобразовательных учреждениях»
3. Основная образовательная программа начального общего образования МКОУ Володарской СШ.
4. Программа внеурочной деятельности МКОУ Володарской СШ.

**Вид программы- модифицированный.** Основана на рабочей программе дополнительного образования «Подвижные игры» 1-4 классы автор учитель физической культуры МАОУ СОШ №31 г. Тамбова Пекрепелица ЛН 2012 г

**Назначение программы заключается** в том, что внеурочная деятельность «Спортивные игры» является одной из форм работы по предмету «Физическая культура» и переходной ступенью к специализированным занятиям спортом. Она создает для желающих улучшить свою физическую подготовленность и определить интересы и возможности для специализации в том или ином виде спорта. Внеурочная деятельность позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждения интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

**Актуальность программы** в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в создании условий для самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Наиболее интересной и физически разносторонней являются подвижные игры, на основе которых развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Новизна и актуальность программы «Спортивные игры» в том, что она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания, так как кратчайший курс к знаниям,

к уму пролегалает через радость, через игру, которая способствует раскованности, снимает многие противоречия, ставит ребенка перед необходимостью выкладываться до конца.

Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение **личностных, метапредметных и предметных результатов** освоения учебного курса.
2. В основу реализации программы положены **ценностные ориентиры и воспитательные результаты**.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают **уровневую оценку** в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

**Сроки реализации программы**-4 года. Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» рассчитана на детей от 7-10 лет.

### **Цели:**

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры, формирование навыков здорового образа жизни, удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научиться владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

### **Задачи:**

#### 1. Образовательные:

- познакомить учащихся со спортивными играми через подвижные игры, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

#### 1. Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- расширять спортивный кругозор детей.

#### 1. Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

### **Форма организации обучения:**

-командная, малыми группами, индивидуальная.

### **Способы проведения занятий:**

Основные задачи теоретических знаний- дать необходимые знания по истории, теории и методике физической культуры, о врачебном контроле и самоконтроле, о гигиене, о технике безопасности, о первой медицинской помощи при травмах, о технике и тактике видов спорта, о правилах поведения на различных сооружениях.

При подборе средств и методов практических занятий руководитель внеурочной деятельности должен иметь в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные знания, в содержании которых включаются упражнения из разных видов спорта.

Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными, оздоровительными целями занятия.

### **Методы и приемы проведения занятий:**

Занятия будут проводиться с использованием словесных, демонстрационных и соревновательных методов; таких приемов и форм работы, как рассказ, беседа, контрольное упражнение, контрольный тест.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут.

Занятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом, спортивном зале и на игровой площадке образовательного учреждения. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» соответствует возрастным особенностям учащихся и способствует формированию культуры здоровья обучающихся.

## **ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа туристско-краеведческой направленности, спортивно-оздоровительного направления.

Занятия проводятся 2 раза в неделю: в 1-4 классы по 40 минут.

Количество часов в год: 1 класс- 33 недели- 66 часов, 2-4 классы- 34 недели- 68 часов. Всего: 270 часов

## ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

## ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- *Личностные результаты*- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личные качества; сформированность основ российской гражданской идентичности;
- *Метапредметные результаты*- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, );
- *Предметные результаты*- освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению. А также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры»- является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### 1. *регулятивные УУД:*

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- *прогнозировать* последовательность действий на занятии;
- *учить высказывать* свое предположение (версию) на основе работы с правилами игры, *учить работать* по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятии;
- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### 1. **познавательные УУД:**

- делать предварительный отбор подвижных игр;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе предметных рисунков, схематических рисунков, схем;
- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

#### 1. **коммуникативные УУД:**

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме на уровне одного предложения или текста;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

#### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своем здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Бессюжетные игры	12 часов
2	Игры-забавы	14 часов
3	Народные игры	20 часов
4	Любимые игры детей	20 часов
Итого:		66 часов

### 2 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Основы знаний	4 часа
2	Общая физическая подготовка	41 час
3	Подвижные игры на развитие физических качеств	23 часа
Итого:		68 часов

### 3 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Основы знаний	4 часа
2	Общая физическая подготовка	41 час
3	Подвижные игры на развитие физических качеств	23 часа
Итого:		68 часов

### 4 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Основы знаний	4 часа
2	Общая физическая подготовка	41 час
3	Подвижные игры на развитие физических качеств	23 часа
Итого:		68 часов

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### 1-ЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (1 КЛАСС)

#### Раздел I. Бессюжетные игры.

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля.

#### Раздел II. Игры-забавы.

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

#### Раздел III. Народные игры.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

#### Раздел IV. Любимые игры детей.

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Это испытать радость.

### 2-ОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (2 КЛАСС)

#### Раздел I. Основы знаний

1. Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.
2. Физические упражнения и подвижные игры как средства развития и совершенствования физических качеств.
3. Профилактика травматизма, причины возникновения травм и правила оказания первой помощи
4. Закаливание и его влияние на организм.

#### Раздел II. Общая физическая подготовка.

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с и без предметов (палка, скакалка, мяч).

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30,40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10м, 3x15 м, бег до 10 минут.

Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку.



Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 0,5 кг.

Лазание по гимнастической стенке, канату.

Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Скользкий шаг с палками. Подъемы и спуски с небольших склонов.

### Раздел III. Подвижные игры на развитие физических качеств.

Подвижные игры с элементами спортивных игр: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Гонка мячей», «Мяч среднему в шеренгах», эстафеты с ведением мяча, броском мяча после ведения и остановки.

Для развития быстроты и силы: «Догонялки», «Перетягивание в парах», «Вызов номеров», «Парашютисты».

Для развития выносливости: «Салки ноги от земли», «Салки на одной ноге», «Салки с ленточками», «Зайцы в огороде».

Для развития ловкости: «Альпинисты», «Пустое место», «Смотри за сигналом», «Шишки, желуди, орехи», эстафеты с предметами, встречные эстафеты.

Для развития гибкости: «Пройти без шумно», «Встречи на скамейках», «Прыжок и кувырок», «Медвежата за медом».

Подвижные игры на внимание: «Фигуры», «Выставка картин», «Что изменилось?», «Музыкальная змейка».

Подвижные игры на лыжах: «Солнышко», «Прокладка железной дороги», «Маршевые салки», «Кто первый», «Кто быстрее?»

## 3-ИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (3 КЛАСС)

### Раздел I. Основы знаний

1. Правила по ТБ при проведении спортивных игр.
2. Здоровье и режим дня.
3. История развития спортивных игр в России и за рубежом.
4. Переохлаждение и его предупреждение на занятиях по лыжной подготовке.

### 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 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 м, 6х10 м, бег до 10 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 0,5 кг.

Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями.

Передвижение попеременным двухшажным ходом без палок и с палками. Подъем «полуелочкой» и «лесенкой». Спуски в высокой и низкой стойках.

### Раздел III. Подвижные игры на развитие физических качеств.

- подвижные игры с элементами спортивных игр: «Передача мяча в колоннах», «День и ночь», «Гонка мячей по кругу», «Попади в мяч», «Передал-садись», «Два мяча», «Не давай мяч вошедшему», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки;
- Для развития быстроты и силы: «Охотники и утки», «Попрыгунчики-воробушки», «Караси и щуки»;
- Для развития выносливости: «Перебежки», «Змейка», «Иголка и нитка», «Салки - дай руку!», «Линейная эстафета», «Круговая эстафета», «Кто обгонит»;
- Для развития ловкости: «Подвижная цель», «Третий лишний», эстафеты с предметами, встречные эстафеты;
- Для развития гибкости: «Разведчики», «Встречи на скамейках», «Прыжок и кувырок», «Медвежата за медом»;
- Подвижные игры на внимание: «Класс смирно», «Правильно- неправильно», «Угадай кто подходил», «Музыкальная змейка»;
- Подвижные игры на лыжах: «Салки на марше», «На буксире», «Кто первый», «Биатлон», «Кто быстрее?».

## 4-ИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (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

Попеременный двухшажный ход. Спуски с пологих склонов с прохождением ворот из лыжных палок. Торможение «Плугом» и «Упором». Повороты переступанием в движении. Подъем «Лесенкой»

### 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»;
- Подвижные игры на лыжах: «Попади в ворота», «Кто первый», «Биатлон», «Кто быстрее?», «Куда укатись за два шага?».

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**

Для реализации программы «Спортивные игры» необходима **материально-техническая база**:

обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка, лыжи, футбольное поле, площадка для игры в баскетбол, волейбол.

Место проведения: в спортивном зале (в холодное время года), на спортивной площадке (в теплое время года).

### **Список литературы для обучающихся**

1. Маюров, А.Н., Маюров, Я.А. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. – М., Педагогическое общество России, 2004.
2. Садыкова, С.Л. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. – Волгоград: Учитель, 2008.

### **Список литературы для учителя**

1. Баранцев, С.А., Береуцин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1988.
2. Геллер, Е.М. Знакомьтесь: Спортландия. – М.: «Знание», 1989.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. - М.: ВАКО 2004.
4. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия» , 2000.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004.
6. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от одного года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
7. Чайцев, В.Г., Пронина, И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007.

**Предполагаемые результаты, формы, критерии их оценки:**

**Знать и иметь представление:**

- О связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- О режиме дня и личной гигиене;
- О способах изменения направления и скорости движения;
- О соблюдении правил игры;

**уметь:**

- Выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- Выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- Выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- Выполнять строевые упражнения;
- Соблюдать правила игры;
- Элементарно владеть мячом: держание, передача на расстоянии до 5 метров, ловля ведение;
- Играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребенка, типа «Пионербол», «Перестрелка», мини- баскетбол.

**Способы проверки образовательной программы:**

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

**Формы подведения итогов реализации образовательной программы:**

- спортивные праздники и конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштаба.

**Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности.**

Воспитательные результаты любого из видов деятельности школьников, в данном случае «спортивно-оздоровительного» распределяются по трем уровням.

**Первый уровень результатов** – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Третий уровень результатов** – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно *становится* (а не просто *узнает о том, как стать*) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Для отслеживания динамики развития младших школьников в начале и конце года проводится диагностика по методике «Оцени себя сам», а по окончании курса – анкетирование с целью получения обратной связи о целесообразности занятий психологией, также осуществляются беседы с учителями и родителями

**Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные деятельности
	По плану	Фактически		Теория	практика	
1	04.09		Организационно-методические требования на занятиях «Спортивные игры»	1		Ознакомление с правилами проведения спортивных игр
2	08.09		Бессюжетные игры. «Вороны и воробьи»	0,5	0,5	Знакомство с правилами проведения игр
3	11.09		П/и «Ловишки- перебежки»	1		Отработка игровых навыков
4	15.09		П/и «Паровозик»		1	Знакомство с техникой проведения игр

						поворотов
5	18.09		П/и «Белые медведи»		1	Разучивание игры
6	22.09		П/и «На одной ноге»		1	Разучивание игры
7	25.09		П/и «Петушиный бой»		1	Разучивание игры
8	29.09		П/и «Веселый бег»		1	Разучивание игры
9	02.10		П/и «Веселый бег»		1	Практическое зан
10	06.10		П/и «Попади в след»		1	Разучивание игры
11	09.10		П/и «Заря-заряница»		1	Разучивание игры
12	13.10		Закрепление игр		1	Практическое зан
13	16.10		Игры- забавы. П/и «Охота на тигра»	0,5	0,5	Познакомить обуч забавами. Разучи
14	20.10		П/и «Донеси рыбку»		1	Разучивание игры
15	23.10		П/и «Черепаша-путешественница»		1	Разучивание игры
16	27.10		П/и «Собери орехи»		1	Разучивание игры
17	30.10		П/и «Повяжу я шелковый платочек»		1	Разучивание игры
18	10.11		П/и «Флаг на башне»		1	Разучивание игры
19	13.11		П/и «Флаг на башне»		1	Практическое зан
20	17.11		П/и «Волк во рву»		1	Разучивание игры
21	20.11		П/и «Волк во рву»		1	Практическое зан
22	24.11		П/и «Командные собачки»		1	Разучивание игры
23	27.11		П/и «Командные собачки»		1	Практическое зан
24	01.12		П/и «Салки с домиками»		1	Разучивание игры
25	04.12		П/и «Салки дай руку»		1	Практическое зан
26	08.12		Закрепление игр		1	Практическое зан
27	11.12		Народные игры. Русская народная игра «Краски»	0,5	0,5	Познакомить обуч народных игр.
28	15.12		Русская народная игра «Краски»		1	Повторить упражн двигательных кач
29	18.12		Русская народная игра «Стадо»		1	Разучивание игры
30	22.12		Русская народная игра «Стадо»		1	Практическое зан
31	25.12		Таджикская народная игра «Горный козел»		1	Разучивание игры
32	12.01		Таджикская народная игра «Горный козел»		1	Практическое зан
33	15.01		Украинская народная игра «Хлебцец»		1	Разучивание игры
34	19.01		Чеченская народная игра «Игра в башню»		1	Разучивание игры
35	22.01		Чеченская народная игра «Игра в башню»		1	Практическое зан
36	26.01		Дагестанская народная игра «Достань шапку»		1	Разучивание игры
37	29.01		Дагестанская народная игра «Достань шапку»		1	Практическое зан

38	02.02		Бурятская народная игра «Волк и ягнята»		1	Разучивание игры
39	05.02		Бурятская народная игра «Волк и ягнята»		1	Практическое зан
40	09.02		Чувашская народная игра «Спутанные кони»		1	Разучивание игры
41	12.02		Чувашская народная игра «Спутанные кони»		1	Практическое зан
42	16.02		Армянская народная игра «Статуя»		1	Разучивание игры
43	19.02		Японская народная игра «Аист и лягушки»		1	Разучивание игры
44	01.03		Японская народная игра «Аист и лягушки»		1	Практическое зан
45	04.03		Закрепление игр		1	Практическое зан
46	08.03		Закрепление игр		1	Практическое зан
47	11.03		Любимые игры детей. П/и «Увернись от мяча»	0,5	0,5	Познакомить обуч которые играли их
48	15.03		П/и «Третий лишний»		1	Разучивание игры
49	18.03		П/и «мяч среднему», «Мяч соседу»		1	Практическое зан
50	22.03		П/и «Совушка»		1	Разучивание игры
51	25.03		П/и «Совушка»		1	Практическое зан
52	05.04		П/и «Два мороза»		1	Выполнение упраж физической подго
53	08.04		П/и «Пустое место»		1	Разучивание игры
54	12.04		П/и «Пустое место»		1	Практическое зан
55	15.04		П/и «Запрещенное движение»		1	Разучивание игры
56	19.04		П/и «Запрещенное движение»		1	Практическое зан
57	22.04		П/и «Казачьи разбойники»		1	Отработка игровы
58	26.04		П/и «Казачьи разбойники»		1	Практическое зан
59	29.04		Челночная эстафета		1	Повторить упражн двигательных кач
60	03.05		П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практическое зан
61	06.05		П/и «Вышибалы»		1	Повторить упражн двигательных кач
62	10.05		П/и «Вышибалы»		1	Практическое зан
63	13.05		П/и «Пятнашки»		1	Повторить упражн двигательных кач
64	17.05		П/и «Пятнашки»		1	Практическое зан
65	20.05		Челночная эстафета		1	Повторить упражн двигательных кач
66	24.05		Комбинированная эстафета		1	Повторить упражн двигательных кач
Итого:				4	62	66 часов

1-ый год обучения

**Календарно-тематическое планирование  
2-ой год обучения**

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Осн
	По плану	Фактически		Теория	практика	
1			Правила ТБ при проведении спортивных игр	1		Ознак спорти
2			Гигиена, предупреждение травм, самоконтроль.	1		Повтор
3			Характеристика баскетбола, правила игры.	1		Знакоп
4			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Знакоп поворо
5			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Закреп поворо
6			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	Позна техник
7			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	закреп техник
8			Ловля и передача мяча от груди		1	Техник



9			Передача мяча в парах на месте		1	Техни
10			Передача мяча в парах в движении		1	Техни
11			Броски мяча одной рукой		1	Техни
12			Броски мяча в корзину		1	Техни
13			Активные приемы защиты		1	Позна прием
14			Персональная защита		1	Позна защит
15			Развитие двигательных качеств		1	Позна развит
16			Элементы баскетбола		1	Позна баскет
17			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повтор
18			П/и «Чинок»		1	Повтор
19			П/и «Малый баскетбол»		1	Повтор
20			Техника передвижения с мячом		1	Техни
21			Комбинации из элементов		1	Закреп баскет
22			Ловля и передача мяча двумя руками от груди		1	Техни груди
23			Передачи в парах на месте		1	Повтор
24			Броски мяча двумя руками		1	Повтор
25			Броски мяча в корзину		1	Повтор
26			Активные приемы защиты		1	Повтор
27			Персональная защита		1	Повтор
28			Развитие двигательных качеств		1	Повтор качеств
29			Двусторонние игры		1	Позна двусто
30			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повтор
31			П/и «Малый баскетбол»		1	Повтор
32			П/и «Чинок»		1	Повтор
33			Правила безопасности на лыжах. Закаливание и его влияние на организм	1		Вспом Позна закали
34			П/и «Кто дальше поскользится»		1	Повтор
35			П/и «Биатлон»		1	Позна
36			П/и «Попади в ворота»		1	Разви
37			Встречные эстафеты		1	Позна

38			П/и «Салки на лыжах»		1	Позна лыжах
39			П/и «Кто дальше поскользится»		1	Повтор
40			П/и «Биатлон»		1	Повтор
41			П/и «Попади в ворота»		1	Разви
42			Спуски в высокой и низкой стойках		1	Вспом стойка
43			П/и «Салки на лыжах»		1	Разви
44			П/и «Перестрелки»		1	Разви
45			П/и «Перестрелки»		1	Разви
46			Правила игры в пионербол	1		Позна
47			Передача мяча в парах, тройках		1	Техни
48			Техника подачи мяча		1	Техни
49			П/и «Пионербол»		1	Разуч
50			П/и «Пионербол»		1	Практи
51			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Разуч
52			Общая физическая подготовка		1	Выпол физич
53			Характеристика баскетбола, правила игры, судейство	1		Позна баскет
54			Общая физическая подготовка		1	Выпол физич
55			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Практи
56			Общая физическая подготовка		1	Выпол физич
57			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Отраб
58			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Практи
59			Челночная эстафета		1	Повтор качест
60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практи
61			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Повтор качест
62			П/и «Передал - садись», «Два мяча»		1	Практи
63			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Повтор качест
64			Разучивание п/и «Не давай мяч водящему», «Третий лишний»		1	Практи
65			Челночная эстафета		1	Повтор качест

66			Комбинированная эстафета		1	Повторение качества
67			Игротека подвижных игр		1	Практика
68			Сдача контрольных нормативов		1	
Итого:				6	62	68 часов

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные деятельности
	По плану	Факти чески		Теория	практика	
1			Правила ТБ при проведении спортивных игр	1		Ознакомление с правилами проведения спортивных игр
2			Здоровье и режим дня.	1		Повторение ТБ на занятиях
3			История развития спортивных игр в России и за рубежом	1		Познакомить с историей развития спортивных игр в России и за рубежом
4			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Знакомство с техникой передвижений, стоек, поворотов
5			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Закрепление техники передвижений, стоек, поворотов
6			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	Повторить комбинацию из основных элементов техники передвижений
7			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	закрепить комбинацию из основных элементов техники передвижений
8			Ловля и передача мяча от груди		1	Техника ловли и передачи мяча от груди
9			Передача мяча в парах на месте		1	Техника передачи мяча в парах на месте
10			Передача мяча в парах в движении		1	Техника передачи мяча в парах в движении
11			Броски мяча одной рукой		1	Техника броска мяча одной рукой
12			Броски мяча в корзину		1	Техника броска мяча в корзину
13			Активные приемы защиты		1	Познакомить обучающихся с активными приемами защиты
14			Персональная защита		1	Познакомить обучающихся с персональной защитой
15			Развитие двигательных качеств		1	Познакомить обучающихся с упражнениями для развития двигательных качеств
16			Элементы баскетбола		1	Познакомить обучающихся с элементами баскетбола
17			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола
18			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола
19			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола
20			Техника передвижения с мячом		1	Техника передвижения с мячом
21			Комбинации из элементов		1	Закрепить комбинации из элементов баскетбола
22			Ловля и передача мяча двумя руками от груди		1	Техника ловли и передачи мяча двумя руками от груди
23			Передачи в парах на месте		1	Повторить технику передачи мяча в парах на месте
24			Броски мяча двумя руками		1	Повторить технику броска мяча двумя руками
25			Броски мяча в корзину		1	Повторить технику броска мяча в корзину
26			Активные приемы защиты		1	Повторить активные приемы защиты
27			Персональная защита		1	Повторить технику персональной защиты

28			Развитие двигательных качеств		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
29			Двусторонние игры		1	Познакомить обучающихся с правилами двусторонних игр
30			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы игры
31			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы игры
32			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы игры
33			Переохлаждение и его предупреждение на занятиях по лыжной подготовке.	1		Вспомнить правила предупреждения переохлаждения. Познакомить обучающихся с правилами закаливания и его предупреждения.
34			П/и «Кто дальше проскользит»		1	Повторить технику торможения.
35			П/и «Биатлон»		1	Познакомить с правилами игры
36			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности броска
37			Встречные эстафеты		1	Познакомить с правилами эстафет
38			П/и «Салки на лыжах»		1	Познакомить с правилами игры на лыжах»
39			П/и «Кто дальше поскользит»		1	Повторить технику торможения.
40			П/и «Биатлон»		1	Повторить правила игры
41			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности броска
42			Встречные эстафеты		1	Вспомнить технику торможения на низкой стойках
43			П/и «Салки на лыжах»		1	Развитие точности броска на лыжах
44			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности броска на лыжах
45			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности броска на лыжах
46			Правила игры в пионербол		1	Познакомить с правилами игры
47			Передача мяча в парах, тройках	1		Техника передачи мяча
48			Техника подачи мяча		1	Техника подачи мяча
49			П/и «Пионербол»		1	Разучивание игры
50			П/и «Пионербол»		1	Практическое занятие
51			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Разучивание игры
52			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие физической подготовки
53			Характеристика баскетбола, правила игры, судейство		1	Познакомить обучающихся с правилами игры в баскетбол

54			Общая физическая подготовка	1		Выполнение упраж физической подго
55			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Практическое заня
56			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упраж физической подго
57			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Отработка игровы
58			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Практическое заня
59			Челночная эстафета		1	Повторить упражн двигательных кач
60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практическое заня
61			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Повторить упражн двигательных кач
62			П/и «Передал - садись», «Два мяча»		1	Практическое заня
63			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Повторить упражн двигательных кач
64			Разучивание п/и «Не давай мяч водящему», «Третий лишний»		1	Практическое заня
65			Челночная эстафета		1	Повторить упражн двигательных кач
66			Комбинированная эстафета		1	Повторить упражн двигательных кач
67			Игротека подвижных игр		1	Практическое заня
68			Сдача контрольных нормативов		1	
Итого:				6	62	68 часов

### Календарно-тематическое планирование

3-ий год обучения

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Осн дея
	По плану	Факти чески		Теория	практика	
1			Правила ТБ при проведении спортивных игр	1		Ознакомле проведени
2			Характеристика деятельности спортивных секций по видам спорта и детско-юношеских школ.	1		Повторени
3			Характеристика баскетбола, правила игры	1		Познакоми России и з
4			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Знакомств поворотов
5			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Закреплен поворотов
6			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	Повторить техники пе
7			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	закрепить техники пе

8			Ловля и передача мяча от груди		1	Техника ло
9			Передача мяча в парах на месте		1	Техника пе
10			Передача мяча в парах в движении		1	Техника пе
11			Броски мяча одной рукой		1	Техника бр
12			Броски мяча в корзину		1	Техника бр
13			Активные приемы защиты		1	Познакоми приемами
14			Персональная защита		1	Познакоми защитой
15			Развитие двигательных качеств		1	Познакоми для развит
16			Элементы баскетбола		1	Познакоми баскетбола
17			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить
18			П/и «Чинок»		1	Повторить
19			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить
20			Техника передвижения с мячом		1	Техника пе
21			Комбинации из элементов		1	Закрепить баскетбола
22			Ловля и передача мяча двумя руками от груди		1	Техника ло руками от
23			Передачи в парах на месте		1	Повторить
24			Броски мяча двумя руками		1	Повторить руками
25			Броски мяча в корзину		1	Повторить
26			Активные приемы защиты		1	Повторить
27			Персональная защита		1	Повторить
28			Развитие двигательных качеств		1	Повторить двигательн
29			Двусторонние игры		1	Познакоми двусторонн
30			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить
31			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить
32			П/и «Чинок»		1	Повторить
33			Переохлаждение и его предупреждение на занятиях по лыжной подготовке.	1		Вспомнить Познакоми закаливани
34			П/и «Кто дальше проскользит»		1	Повторить торможени
35			П/и «Биатлон»		1	Познакоми



36			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие т
37			Встречные эстафеты		1	Познакоми эстафет
38			П/и «Салки на лыжах»		1	Познакоми лыжах»
39			П/и «Кто дальше поскользит»		1	Повторить торможени
40			П/и «Биатлон»		1	Повторить
41			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие т
42			Спуски в высокой и низкой стойках		1	Вспомнить низкой сто
43			П/и «Салки на лыжах»		1	Развитие т лыжах
44			П/и «Перестрелки»		1	Развитие т лыжах
45			П/и «Перестрелки»		1	Развитие т лыжах
46			Характеристика пионербола, правила игры, судейство	1		Познакоми
47			Передача мяча в парах, тройках		1	Техника пе
48			Техника подачи мяча		1	Техника по
49			П/и «Пионербол»		1	Практичес
50			П/и «Пионербол»		1	Практичес
51			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Разучивани
52			Общая физическая подготовка		1	Выполнени физическо
53			Характеристика баскетбола, правила игры, судейство	1		Познакоми игры в бас
54			Общая физическая подготовка		1	Выполнени физическо
55			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Практичес
56			Общая физическая подготовка		1	Выполнени физическо
57			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Отработка
58			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Практичес
59			Челночная эстафета		1	Повторить двигательн
60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практичес
61			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Повторить двигательн

62			П/и «Передал - садись», «Два мяча»		1	Практичес
63			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Повторить двигательн
64			Разучивание п/и «Не давай мяч водящему», «Третий лишний»		1	Практичес
65			Челночная эстафета		1	Повторить двигательн
66			Комбинированная эстафета		1	Повторить двигательн
67			Игротека подвижных игр		1	Практичес
68			Сдача контрольных нормативов		1	
Итого:				6	62	

4-ий год обучения