

Приложение к ООП НОО

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Архангельской области
Управление образования администрации Шенкурского
муниципального округа
МБОУ "Боровская ОШ "

Рассмотрено
на педагогическом совете
Протокол № 1 от «28» августа 2025г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Боровская ОШ»
С.Н. Кучер
Приказ № 10 от «27» августа 2025г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

д. Шипуновская

1. 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.

Срок реализации программы: программа рассчитана на 1 год, 54 часа.

Форма реализации программы: внеурочное время 2 раза в неделю.

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми; - обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

2. Планируемые результаты

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
 - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
 - организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
 - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
 - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
 - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
 - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Регулятивные:

- использование речи для регуляции своего действия;
 - адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
 - умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;
- умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.

Коммуникативные:

В процессе обучения дети учатся:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Личностные результаты:

- 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 (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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 с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
 - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
 - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

3. Содержание занятий

Пионербол. Подвижные игры.

Режим для школьника. Двигательный режим учащегося. Броски через сетку из-за головы. Броски и ловля мяча. Азбука закаливания. Ловля мяча через сетку. Игровые упражнения на построение, с ходьбой, с лазанием, на равновесие, с метанием мяча. Учебная игра - пионербол. Правила игры. Судейство. Эстафеты. Подвижные игры.

Элементы баскетбола. Подвижные игры.

Баскетбол. Ловля и передача мяча. Ведение мяча. Эстафеты. Броски мяча в кольцо. Судейство. Эстафеты. Подвижные игры.

Народные игры. Подвижные игры.

Русские народные игры. Игры народов разных стран. Игры – забавы. Сюжетные игры. Бессюжетные игры. Полоса препятствий. Игры с мячом и обручем. Эстафеты. Подвижные игры.

Футбол. Подвижные игры.

Основные приемы. Ведение мяча. Удары по мячу и остановка мяча. Беговые задания с мячом. Эстафеты. Подвижные игры.

Подвижные игры на свежем воздухе.

Подвижные игры. Игры по желанию детей.

4. Тематический план

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов
Спортивные игры		
1	Упражнения с мячом. Пионербол. Подвижные игры.	18
2	Элементы баскетбола. Подвижные игры.	10
3	Народные игры. Подвижные игры.	8
4	Футбол. Подвижные игры.	10

5	Подвижные игры на свежем воздухе.	8
	Итого	54 ч

**Приложение к рабочей программе
секции «Спортивные игры»
(спортивно-оздоровительное направление)**

**Календарно – тематическое планирование для 1 -4 классов на 2025-2026 учебный год (2
часа в неделю, всего 54 ч.)**

№ п/п	Тема занятий	Основные формы, виды организации занятий деятельности обучающихся	Дата проведения		Примечания
			план	факт	
1.	Режим для школьника. Любимые игры детей.	ОРУ. Знакомство с правилами и проведение спортивных и подвижных игр. Беседа «Утренняя гимнастика». Построение. Строевые упражнения, перемещение. Любимые игры детей.	29.09		
2.	Двигательный режим учащегося. Любимые игры детей.	ОРУ. Способность адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха, связывая успех с усилиями, трудолюбием, старанием.	01.10		
3.	Разучивание комплекса общеразвивающих упражнений.	ОРУ. Интерес к способу решения и общему способу действия. Подвижные игры.	06.10		
4.	Броски через сетку из-за головы. Игры: «Гонка мячей», «Краски».	ОРУ. Уметь правильно выполнять броски из-за головы. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	08.10		
5.	Ловля мяча через сетку. Игры: «Гонка мячей», «Третий лишний».	ОРУ. Уметь правильно и точно ловить мяч через сетку. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	13.10		
6.	Игровые упражнения на построение. Игры: «Перестрелка», «Гонка мячей».	ОРУ. Знать считалочки. Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений и игр. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.	15.10		
7.	Броски и ловля мяча. Игры: «Белые медведи», «Космонавты».	ОРУ. Броски и ловля мяча через сетку на ближнем расстоянии. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	20.10		

8.	Игровые упражнения с ходьбой. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	ОРУ. Знать пользу подвижных игр. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	22.10		
9.	Игровые упражнения с лазанием. Игры: «Пятнашки», «Точный расчет».	ОРУ. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	05.11		
10	Игровые упражнения на равновесие.	ОРУ. Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	10.11		
11	Игровые упражнения с ловлей мяча.	ОРУ. Беседа «Красивая осанка». Правила игры. Проведение игры.	12.11		
12	Игры: «Удочка», «Кто дальше бросит», «Невод».	ОРУ. Правила игры. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	17.11		
13	Пионербол. Правила игры.	ОРУ. Игра пионербол на ловлю и передачи мяча по правилам. Правила игры.	19.11		
14	Игра пионербол со счетом. Правила игры.	ОРУ. Знать, как ведется счет в игре пионербол. Игра. Правила игры.	24.11		
15	Игровые упражнения с прыжками.	ОРУ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	26.11		
16	Игра пионербол. Жесты.	ОРУ. Правила игры. Жесты. Проведение игры.	01.12		
17	Игра пионербол. Судейство.	ОРУ. Игра пионербол. Судейство. Проведение игры.	03.12		
18	Комбинированная эстафета.	ОРУ. Уметь выполнять упражнения, входящие в комплексы физкультминуток.	08.12		
19	Баскетбол. Передача мяча. Игра «Гонка мячей по кругу».	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте с изменением высоты отскока. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками.	10.12		
20	Передача двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «10 передач».	ОРУ. Передача двумя руками от груди в парах на месте (по воздуху, с ударом о пол); игра «Ведение после передачи». Эстафеты. Подвижная игра. Правила игры.	15.12		
21	Передача мяча сверху из-за головы. Игра «Вызови по	ОРУ. Передача мяча сверху из-за головы (по воздуху, введение мяча и передача из-за головы с места). Передача мяча в	17.12		

	имени». Игра «Успей занять место».	движении. Подвижная игра. Правила игры.			
22	Ловля и передача мяча. Эстафеты. Игра «Кросс с ведением мяча».	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра на закрепление техники.	22.12		
23	Ведение мяча. Эстафеты. Игра «Овладей мячом».	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты.	24.12		
24	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра «Мяч ловцу».	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра на закрепление техники.	29.12		
25	Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Игра «Овладей мячом».	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Игра на закрепление техники.	12.01		
26	Броски мяча в кольцо. Игра «Снайперы». «Мяч ловцу».	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Игра на закрепление техники.	14.01		
27	Игра в мини-баскетбол. Игра «Мяч ловцу».	ОРУ. Правила игры в баскетболе. Жесты. Игра на закрепление техники.	19.01		
28	Учебная игра. Судейство.	ОРУ. Правила игры в баскетболе. Судейство. Учебная игра.	21.01		
29	Русские народные игры.	ОРУ. Беседа на тему: «Русские народные игры». Уметь выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.	26.01		
30	Игры народов разных стран.	ОРУ. Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...». Знакомство с правилами и проведение игр	28.01		
31	Игры – забавы.	ОРУ. Проведение игры. Формирование правильной осанки.	02.02		
32	Весёлое состязание.	ОРУ. Развитие доверия, доброжелательности и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.	04.02		
33	Сюжетные игры.	ОРУ. Уметь выполнять организующие команды по распоряжению учителя.	09.02		
34	Бессюжетные	ОРУ. Соблюдать дисциплину и	11.02		

	игры.	чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений и игр.			
35	Полоса препятствий.	ОРУ. Развитие сопереживания, эмоционально – нравственной отзывчивости.	16.02		
36	Игры с мячом и обручем.	ОРУ. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Знакомство с правилами и проведение игр.	18.02		
37	Футбол. Основные приемы.	ОРУ. Беседа и повтор правил техники безопасности на занятиях спортивными играми. Футбольные упражнения.	02.03		
38	Ведение мяча. Беговые задания с мячом.	ОРУ. Ведение мяча по всей площадке. Выполняют беговые задания с мячом. Спортивная игра мини - футбол.	04.03		
39	Ведение мяча. Беговые задания с мячом.	ОРУ. Ведение мяча по всей площадке. Выполняют беговые задания с мячом. Спортивная игра мини - футбол.	11.03		
40	Овладение техникой передвижения, повороты.	ОРУ. Техника передвижений, поворотов и остановок в футболе. Выполняют ведение мяча. Спортивная игра мини - футбол.	16.03		
41	Овладение техникой передвижения, повороты.	ОРУ. Техника передвижений, поворотов и остановок в футболе. Выполняют ведение мяча. Спортивная игра мини - футбол.	18.03		
42	Ведение мяча. Удары по мячу и остановка мяча.	ОРУ. Техника удара по неподвижному мячу с места. Ведение мяча, передачи и остановки мяча. Спортивная игра мини - футбол.	23.03		
43	Ведение мяча. Удары по мячу и остановка мяча.	ОРУ. Техника удара по неподвижному мячу с места. Ведение мяча, передачи и остановки мяча. Спортивная игра мини - футбол.	25.03		
44	Ведение мяча. Удары по мячу и остановка мяча.	ОРУ. Техника удара по неподвижному мячу с места. Ведение мяча, передачи и остановки мяча. Спортивная игра мини - футбол.	06.04		
45	Учебная игра. Правила игры.	ОРУ. Правила игры. Учебная игра - Футбол.	08.04		
46	Учебная игра. Правила игры.	ОРУ. Правила игры. Учебная игра - Футбол.	13.04		
47	Подвижные игры	ОРУ. Игры: «Построй шеренгу,	15.04		

	на свежем воздухе.	круг, колонну», «У кого мяч?», «Классы», «Солнце и месяц».			
48	Подвижные игры на свежем воздухе.	ОРУ. Подвижные игры по желанию детей. Правила игры. Игра.	20.04		
49	Подвижные игры на свежем воздухе.	ОРУ. Игры: «Земля, вода, воздух, ветер», «Гонка мечей», «Успей занять место», «Море волнуется». Правила игры.	22.04		
50	Игры на свежем воздухе.	ОРУ. Знакомство с правилами и проведение игр на свежем воздухе. Игры по желанию детей.	27.04		
51	Игры на свежем воздухе.	ОРУ. Игры по желанию детей. Правила игры. Игра.	29.04		
52	Игры на свежем воздухе.	ОРУ. Игры по желанию детей. Правила игры. Игра.	04.05		
53	Игры на свежем воздухе.	ОРУ. Игры по желанию детей. Правила игры. Игра.	06.05		
54	Игры на свежем воздухе. Летний отдых.	ОРУ. Игры по желанию детей. Правила поведения на водоемах. Летний отдых, закаливание, солнечные ванны.	13.05		