

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ПЕРМСКОГО КРАЯ УПРАВЛЕНИЕ  
ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
ОРДИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Ординская  
средняя общеобразовательная школа"  
филиал «Шляпниковская основная общеобразовательная школа»**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 01  
от «28» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор МБОУ  
«Ординская СОШ»  
приказ № 258  
от «28» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**Название** Час здоровья (подвижные игры)

**Направление** спортивно-оздоровительное

**Класс** 3-4

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Основой для разработки программы внеурочной деятельности служит «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. - М.: Просвещение, 2014. — 223 с.

**Цели и задачи программы внеурочной деятельности «Подвижные игры»:**

**Цель** – обучение подвижным играм.

Основными задачами программы являются:

- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Привитие учащимся организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся;
- Подготовка учащихся к районным и окружным соревнованиям.

Данный курс внеурочной деятельности позволяет наиболее успешно применять индивидуальный подход к каждому школьнику с учётом его способностей, более полно удовлетворять познавательные и жизненные интересы обучающихся.

### **Общая характеристика курса**

Программой курса по подвижным играм предполагается построение занятий на принципах сотрудничества и сотворчества детей и взрослого, обеспечение роста творческого потенциала, познавательных мотивов учащихся, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности, ориентация на привлечение детского опыта в качестве ресурса построения занятия, возможность переноса полученных знаний на другое учебное и вне учебное содержание, разнообразие организационных форм, учёт индивидуальных особенностей каждого ученика.

С целью стимулирования здорового образа жизни обеспечивается создание установки на добросовестное выполнение задания, осуществляется целенаправленный поиск многовариантности как в формулировке, так и в способах выполнения различных заданий; поощряются нестандартные решения, замечаются проявления самостоятельности обучающихся в различных областях; используются приёмы и методы активизации мышления и воображения, разработанные в ТРИЗ (теории решения изобретательских задач). Оценивание – безотметочное. В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно – технической подготовке, научные и методические разработки по настольному теннису отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Курс «Подвижные игры» рассчитан на 34 ч. (1 ч в неделю).

### **Виды внеурочной деятельности**

Для реализации программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» используются следующие виды внеурочной деятельности (выбрать):

- игровая деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность;

### **Личностные и метапредметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Подвижные игры»:**

#### **Личностные результаты:**

- развитие любознательности и сообразительности;
- развитие целеустремленности, внимательности;
- развитие наглядно-образного мышления и логики;
- повышение мотивации к изучению и потребности игры;
- способность к самооценке на основе критерия успешности;
- знание и применение основных моральных норм поведения;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и детьми.

#### **Метапредметные результаты:**

- формирование умений планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей;
- освоение начальных форм рефлексии;
- формирование умения понимать причины успеха /неуспеха и способности действовать даже в условиях неуспеха;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения;
- формирование умений договариваться, готовность слушать собеседника;
- способность к самооценке на основе критерия успешности;

### **Предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» включают в себя:**

#### **Предметные результаты:**

К концу года обучающиеся **будут знать:**

об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта; о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем; о способах и особенностях движений, передвижений;

о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;

об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;

о причинах травматизма и правилах предупреждения.

**будут уметь:** составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;

взаимодействовать с ребятами в процессе занятий подвижными играми.

### **Воспитательный результат программы внеурочной деятельности**

*Первый уровень результатов* – приобретение школьником социальных знаний (о влиянии физической нагрузки на организм, спортивное поведение).

*Второй уровень результатов* – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (игры на счет внутри групп, соревнования внутри школы и среди школ города).

*Третий уровень результатов* – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия (проведение фрагментов и всего занятия учеником, мастер-класс, оказание помощи отстающим).

### **Результативность изучения программы внеурочной деятельности**

Проверяется результативность деятельности в контрольных играх между учащимися. Итоги подводятся в соревновательной деятельности между воспитанниками школы, других школ района.

### **Материально-техническое обеспечение**

#### **Место проведения:**

-Спортивная площадка;

-Спортивный зал.

#### **Инвентарь: -**

Волейбольные мячи;

-Баскетбольные мячи;

-Кегли или городки;

-Скакалки;

-Теннисные мячи;

-Малые мячи;

-Гимнастические скамейки;

-Сетка волейбольная;

-Щиты с кольцами;

-Секундомер;

- Маты;
- Ракетки;
- Обручи.

### Перечень учебной литературы

Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. - М.: Просвещение, 2014. — 223 с.

## Календарно-тематическое планирование «Подвижные игры» 3-4 классы

### Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Сроки	
		План	Факт
1.	Беседа по технике безопасности, знакомство с правилами подвижных игр.		
2	Подвижные игры.		
3	Игры на развитие ловкости		
4	Игры на развитие внимания		
5	Игры на координацию движений		
6	Игры на координацию движений		
7	Игры на развитие ловкости		
8	Игры на развитие ловкости		
9	Игры на развитие ловкости		
10	Игры на развитие внимания		
11	Скакалочка - выручалочка.		
12	Игра «Лиса и цыплята»		
13	Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»		
14	Игра «Охотники и утки»		
15	Игра «Перестрелка»		

16	Игра «Пионербол»		
17	Игра «Пионербол»		
18	Игра «Пионербол»		
19	Игра «Пионербол»		
20	Игра «Пионербол»		
21	Игра «Пионербол»		
22	Игра «Пионербол»		
23	Эстафеты с мячами.		
24	Эстафеты с преодолением препятствий.		
25	Эстафеты с предметами		
26	Эстафеты с преодолением препятствий.		
27	Игра «Пионербол»		
28	Игра «Пионербол»		
29	Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»		
30	Игра «Пионербол»		
31	Игра «Пионербол»		
32	Игра «Пионербол»		
33	Игра «Пионербол»		
34	Игра «Пионербол»		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464159

Владелец Сарапульцева Ольга Николаевна

Действителен с 25.10.2023 по 24.10.2024