

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КАДЕТСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
С. КОРОВИЙ РУЧЕЙ

«ПРИНЯТО» на заседании  
педагогического совета  
№ 1 от 31.08 2021 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы

А. В. Сергеева  
от «06» сентября 2021 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора (УР)

Варжана Е.В. / ФИО

«1» сентября 2021 г.

Программа  
внеурочной деятельности по предмету  
физическая культура  
(наименование предмета)

Томилова Диана Сергеевна

---

Ф.И.О. разработчика (разработчиков) программы

срок реализации программы 1 года

## Пояснительная записка.

Данная программа разработана для внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности для учащихся 1-4 классов

Внеурочная деятельность является важной частью физического воспитания младшего школьника и создает максимально благоприятные условия для раскрытия не только его физических, но и духовных способностей, его самоопределения.

Современное образование предъявляет высокие требования к учащимся и их здоровью. Тем самым, школа должна создать условия, способствующие сохранению и укреплению физического и психического здоровья, условий для самоопределения и творческой самореализации личности.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В.А.Сухомлинский.

Всем нам хочется видеть наших детей жизнерадостными, счастливыми и здоровыми! Как сделать, чтобы ребёнок жил в ладу с собой и окружающим миром? Секрет этой гармонии прост – здоровый образ жизни! Здоровый ребенок сможет успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Наиболее интересной и продуктивной формой развития физических и личностных качеств являются игры.

«Игра не пустая забава. Она необходима для счастья детей, для их здоровья и правильного развития». Д.В. Менджерицкая.

Актуальность программы «Спортивные игры» заключается в том, что она создает условия для полноценного физического развития, приобщения школьников к регулярным занятиям физической культуры, формирования навыков здорового образа жизни, укрепления здоровья, позволяет удовлетворить школьников в подвижном образе жизни, определить интересы и возможности для специализации в том или ином виде спорта.

Новизна данной программы заключается в том, что уже на начальном этапе физического воспитания школьника вводятся подвижные игры с элементами базовых видов спорта: волейбола, пионербола, гандбола и баскетбола, а также прививается у ребенка интерес к развитию своего организма.

«Сделать серьезные занятия для ребенка занимательными – вот задача первоначального обучения» - говорил К.Д.Ушинский. А что может быть для ребенка занимательнее игры? Дети готовы играть практически всегда и в любых условиях. Исходя из поставленных задач, можно изменить большинство известных подвижных игр так, что это будет являться мощным средством, и будет работать безотказно, развивая и обучая учащихся. Известно, что чем больше эмоциональное воздействие на ребёнка оказывают занятия, тем быстрее и прочнее идёт освоение материала. А уж в присутствии эмоциональности подвижным играм отказать сложно. С помощью таких игр и предусматривается развитие у детей первоначальных навыков игры, координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.)

Программа позволяет школьникам овладеть основными техническими, игровыми и соревновательными навыками даже тех видов спорта, которые еще не входят в программу урочной деятельности учащихся 1-4 классов; предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний будет дополняться спортивными играми.

Целесообразность данной программы заключается в том, что двигательные действия и необходимую технику базовых движений учитель не закладывает принудительно, а ставит их в условия изучения в процессе игры. Освоение технических действий и навыков воспринимается как естественный процесс, необходимый для соблюдения правил игры.

Занятия проходят с большой интенсивностью и меньшей напряженностью, чем в обычных условиях, - все это привлекает на занятия детей. Групповые занятия развивают в детях способность контактировать и взаимодействовать со сверстниками.

Нет необходимости искать специфические игры. Можно взять самые распространенные и перестроить их под цели задачи занятия. Перестройка игр происходит по принципу «от простого к сложному» и «от изученного к неизученному». Создаются условия для активного участия ребенка в изучении технического арсенала базовых видов спорта и поисков решения поставленной перед ним проблемы. Развивая двигательные качества с помощью игровых заданий, мы подготавливаем детей для дальнейших занятий и соревновательной деятельности.

Цель программы – развитие физически здоровой, нравственно полноценной личности через спортивно-оздоровительные занятия с элементами игр, формирование устойчивых мотивов и потребностей в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физической культурой.

Задачи:

- содействовать школе в выполнении стоящих перед ней учебно-воспитательных задач;
- содействовать укреплению здоровья, закаливанию организма, разностороннему физическому развитию учащихся;
- углублять и расширять знания, умения, навыки, получаемые учащимися на уроках, физической культуры;
- воспитывать и развивать организаторские навыки у школьников;
- организовывать здоровый отдых учащихся;
- прививать учащимся любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

*«Каков ребенок в игре, таков во многом он будет в работе, когда вырастет. Поэтому воспитание будущего деятеля, происходит, прежде всего - в игре». Макаренко А.С.*

#### **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

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

- определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве на принципах уважения, доброжелательности, сопереживания и взаимопомощи;

- управлять своими эмоциями и проявлять положительные качества личности в различных игровых и других ситуациях;
- проявлять упорство, трудолюбие и дисциплинированность в достижении поставленных целей;
- умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций, оказывать посильную помощь своим сверстникам;
- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

***Метапредметные результаты:***

***Регулятивные УУД:***

- овладение способностью планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- определение общей цели и путей её достижения;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи и отношения между объектами и процессами;
- умение договариваться о распределении ролей и функций в игровой деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение других учеников;
- умение конструктивно разрешать конфликты с учетом интереса сторон;

***Познавательные УУД:***

- умение самостоятельно добывать новые знания об истории игр, о правилах проведения, судействе из различных источников; перерабатывать информацию и делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игр, придумывать свои формы игры.

***Коммуникативные УУД:***

- умение формулировать собственное мнение и доносить свою позицию до других;
- умение слушать и объяснять правила игры и различных игровых заданий;
- учитывать различные мнения, сотрудничать, договариваться и приходить к общему мнению, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- адекватно оценивать и выполнять правила игры, различные роли в группах и командах;
- с уважением относиться к соперникам;

***Предметные результаты.***

Первостепенными результатами реализации программы являются: физическая подготовленность и высокий уровень развития двигательных навыков и умений:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки ученика;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные и спортивные игры с разной направленностью, уметь осуществлять судейство;
- соблюдать технику безопасности во время игр на спортивных площадках, спортивном зале, на стадионе;
- оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий и во время игры;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных, спортивных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять технику выполнения двигательных действий, анализировать, находить ошибки и исправлять их;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта и применять их в соревновательной и игровой деятельности;
- осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье, уметь планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, правильно организовывать отдых и досуг с использованием различных средств физической активности;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием и показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).
- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения в изменяющихся, вариативных условиях.

*Формы подведения итогов* реализации программы — участие в спортивно - игровой программе с участием учащихся и родителей, тест на проверку уровня здоровья.

## **2. Содержание курса учебной деятельности.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» для учащихся 1-4 классов составлена с учетом возрастных особенностей и на основании современных представлений о физиологическом и физическом развитии ребёнка возраста 7-10 лет.

Программа является модульной и состоит из 4 автономных модулей, рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год (для учащихся 2-4 классов) и 33 часа (для учащихся 1 классов). Данная программа предполагает, как проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками, так и возможность организовывать занятия крупными блоками.

### **1. Модуль**

#### ***Подвижные игры и эстафеты.***

В данный раздел включены подвижные игры, направленные на:

- умение владение своим телом, обогатить детей запасом различных движений, формирования правильной осанки,
- развитие у детей первоначальных навыков игры,

- развитие и совершенствование двигательных навыков, координационных и кондиционных способностей,
- развитие игровой деятельности.

## **II. Модуль**

### ***Общая физическая подготовка.***

Данный раздел направлен на развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, скорости.

### **3. Модуль**

#### ***Спортивные игры.***

##### *Гандбол:*

- правила игры,
- профилактика травматизма,
- техника перемещений,
- техника владения мячом (ведение мяча и остановки, ловли, передачи, броски, отбор мяча).
- тактические действия,
- учебные игры,
- основы судейства.

##### *Баскетбол:*

- правила игры,
- профилактика травматизма,
- техника перемещений,
- техника владения мячом (ловля и передача мяча, ведение, броски).
- тактические действия,
- учебные игры,
- основы судейства.

##### *Пионербол:*

- правила игры,
- профилактика травматизма,
- техника владения мячом,
- двусторонняя игра, основы судейства.

##### *Волейбол:*

- правила игры,
- прием мяча сверху и снизу,
- передачи мяча через сетку,
- подача мяча,
- игра по упрощенным правилам, основы судейства.

#### IV. Модуль

##### *Организация и проведение спортивных мероприятий:*

- организация и проведение соревнований по видам спорта,
- проведение спортивных соревнований «Веселые старты»

#### Раздел 1. Работа с одарёнными учениками.

№	Содержание/ мероприятия	Сроки	Статус (школьный, муниципальный, республиканский и др. уровень)	Результат	Вовлечённость учащихся	
					Количество	%
1.	Участие в олимпиадах по физической культуре различного уровня;	В течение года				
2.	Спортивные соревнования различного уровня					
3.	Проведение предметной недели					
4.	Функционирование спортивной секции: «Спортивные игры»					
5.	Проведение школьной спартакиады учащихся					
6.	Сдача норм ГТО					
7.	Спортивные состязания «Веселые старты» для учащихся начальных классов					

8.	Легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню Победы					
9.	Наглядная агитация (выпуск стенгазет, буклетов, уголков здоровья)					

## Раздел 2. Работа со слабоуспевающими и неуспевающими учениками

№	Содержание/ мероприятия	Сроки	Результат
1.	1. Проведение и выполнение контрольных нормативов, тестов Цель: а) Определение уровня здоровья детей. б) Выявление отставания учеников , которые требуют ликвидации.	Сентябрь	
	2. Установление причин отставания слабоуспевающих учащихся через беседы со школьными специалистами: классным руководителем, с отдельными родителями и с самим ребенком.	В течение учебного года.	
	3. Использовать дифференцированный подход при организации самостоятельной работы на уроке, включать посильные индивидуальные задания слабоуспевающему ученику.		
	4. Регулярно систематически выставлять оценки, давать возможность их исправить и заострять внимание на малейшие успехи ребенка		
	5. Ставить в известность классного руководителя и родителей ученика о низкой успеваемости, не допускать скопления неудовлетворительных оценок.		
	6. Постоянный учёт достижений и результатов учащихся класса		



**Раздел 4. Результаты участия учащихся в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях, конференциях, фестивалях и т.п.**

<b>Учебный год</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Статус (школьный, муниципальный, республиканский и др. уровень)</b>	<b>ФИО учащегося/ тема работы</b>	<b>Результат</b>

**Пояснительная записка**

**«Спортивные игры»**

**Направление программы**

Программа составлена на основе:

- программы В.И. Ляха
- Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобразования РФ от 2010;
- Базисного учебного плана общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденного приказом Минобразования РФ
- Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста (1 – 4 класс).  
Проводится 2 часа в неделю, всего 70 часов.

Спортивные игры – универсальный раздел программы, позволяющий равномерно развивать кондиционные и координационные физические качества, обучать командным и групповым взаимодействиям, воспитывать умения взаимодействовать в коллективе. Трудно переоценить мотивационную составляющую занятий спортивными играми, при

которых легко поддерживать положительный эмоциональный фон занятий. В сочетании с доступными упражнениями на развитие физических качеств, рационально построенной системе подводных подвижных игр, занятия спортивными играми помогут ребёнку стать сильнее, быстрее, а главное мотивированнее к жизни.

#### **Актуальность программы:**

- Развитие личностных качеств;
- Социализация ребёнка в обществе;
- Развитие физических качеств;
- Доступность для детей разного уровня развития и возможностей;
- Возможность развивать физические качества ребенка по выстроенной образовательной траектории.

#### **Новизна и актуальность:**

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр в учебно – тренировочных группах.

В основе программы – подготовка, включающая в себя разнообразные, специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

1. Интеграция со смежными дисциплинами – историей, чтением, окружающим миром – значительно расширяет кругозор учащихся и способствует углублению знаний по предметам.
2. Ведущим в обучении является метод реализации потенциала участием в кроссах, в соревнованиях, в олимпиадах, конкурсах, и в других мероприятиях.
3. В работе с детьми применяется деятельный подход, который учит применять в быту навыки полученные во время выполнения физических упражнений, различных подвижных игр.

**Отличительная особенность данной образовательной программы** является увеличение объёма (количество часов) на изучение подвижных игр на период обучения в начальной школе.

**Цель программы:** сформировать у младших школьников мотивацию к сохранению и приумножению здоровья посредством занятий основами спортивных игр.

**Задачи:** - сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;

- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями ;
- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление,
- развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям,

При проведении занятий можно выделить два направления:

оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

#### **Ожидаемый результат:**

-у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;

- сформировано начальное представление о культуре движения - младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

- умение работать в коллективе.

#### **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.

### **Учебно-тематический план – 1-4 классы**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Общее количество часов</b>
1	Русские народные игры	18
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6
3	Игры народов России	28
4	Спортивные игры	14
5	Спортивные праздники	4
	Всего:	70

### **Содержание программы:**

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

**Теоретический раздел:** беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», « Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

## Практический раздел

Русские народные игры: «Большой мяч», «Прыгание с перевязанными ногами»,

«Наседка и коршун», «Удар по веревочке». Подвижные игры: «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «Метко в цель». Игры на развитие памяти, внимания, воображения: «Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», эстафеты с примерами на сложение и вычитание. Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, мини-баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры».

Тема занятия	Содержание занятия	Развитие и формирование качеств у учащихся
<b>Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи</b>		
Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения.	Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья
Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни- порядок»	«Беседа о гигиене» Правила игры.	Развитие внимания и памяти
Игры на развитие памяти.	Игры «Художник» «Все помню»	Развитие внимания и памяти
Игры на развитие воображения.	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.	Развитие воображения, речи
Игры на развитие памяти	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	Развитие ловкости и внимания, памяти

Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».	Развитие внимания, памяти и речи
<b>Русские народные игры</b>		
Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие ловкости, быстроты, внимания
Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	развитие ловкости, быстроты, внимания ;
Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	развитие ловкости, быстроты
Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	развитие ловкости, быстроты, внимания
Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Правила игры. Проведение игры.	развитие ловкости, быстроты, внимания
Русская народная игра « Удар по веревочке»	Правила игры. Проведение игры.	развитие быстроты и ловкости
<b>Игры народов России</b>		
Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и	Формирование ЗОЖ. Развитие ловкости, быстроты, внимания.

	проведение игр	
Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами.	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами. Работа с карточками	Развитие ловкости, быстроты, внимания
Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила , быстрота, ловкость.	Формирование понятий сила , быстрота, ловкость.
Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	Развитие глазомера и точности движений
Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	Развитие прыгучести и ловкости;
Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	Развитие скоростных качеств
Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки	Укрепление осанки
Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие скоростных качеств



Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	Развитие глазомера и точности движений
Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	Развитие скоростных качеств
Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.	Развитие глазомера и точности движений
Игры зимой: «Охота на куропаток».	Игры со скакалкой, мячом.	Развитие выносливости и ловкости
Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	Развитие силы и ловкости
Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	Развитие быстроты, внимания
Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.	Развитие координации движений
<b>Спортивные игры</b>		
Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие скоростных качеств
Пионербол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты
Мини - Баскетбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты
Лапта	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты
<b>Спортивные праздники</b>		

Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	Развитие силы и ловкости
Олимпийские игры	Эстафеты с предметами	Развитие силы и ловкости
Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты
Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты

### Система оценивания

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы «Спортивные игры», предполагает комплексный подход к оценке результатов, позволяющий вести оценку достижения обучающимися всех трех групп результатов: личностных, метапредметных и предметных.

1. Оценка личностных результатов представляет собой оценку достижения учащимися планируемых результатов в их личностном развитии. Основным объектом оценки личностных результатов служит сформированность УУД, включаемых в следующие три основных блока:

- самоопределение - сформированность внутренней позиции учащегося – развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения;
- смыслообразование – понимание границ того, «что я знаю», и того, «что я не знаю», «незнания» и стремление к преодолению этого разрыва;
- морально-этическая ориентация – знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости.

1. Оценка метапредметных результатов представляет собой оценку достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы. Основным объектом оценки метапредметных результатов служит сформированность у учащихся регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, т.е. таких учебных действий, которые направлены на анализ своей познавательной активности и управление ею.
2. Объектом оценки предметных результатов служит в полном соответствии с требованиями Стандарта способность учащихся решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи.

К концу года у детей должна наблюдаться положительная динамика физической подготовленности, умение работать в группах, соблюдать правила игры.

## **Способы проверки результативности.**

Программа предусматривает различные формы подведения итогов:

1. Личные достижения учащихся.
2. Спортивные соревнования.

Усвоение учащимися программного материала, отслеживаются в ходе проведения следующих форм контролей:

- В конце каждого раздела разученных игр проводятся эстафеты, старты, соревнования на которых дети показывают полученные знания, физические умения по заданной теме. Дети оценивают результаты свои, товарищей, объясняют, что получается, а над чем ещё надо поработать.

Главное – дети получают моральное и физическое удовлетворение оттого, что их успехи ценятся другими, повышается их самооценка, осознание своей значимости.

- Итогового: участие в спортивных соревнованиях.

Показателями качества воспитательной работы в объединении являются следующие критерии:

- уровень воспитанности обучающихся;
- микроклимат в детском объединении;
- взаимодействие с учителями, воспитателя группы продлённого дня, родителями.

Также объективными показателями влияния организованного педагогического процесса на личность учащихся будут качественные личностные изменения. Эти критерии исследуются методами опроса, педагогического наблюдения, беседы с родителями. А также самооценка себя ребенком.

## **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 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.

### **Учебно - практическое оборудование:**

1. Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек)
2. Скамейка гимнастическая жёсткая (2 м, 4 м,) ( 1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
3. Мячи: мяч малый (теннисный), мячи набивные, волейбольные, баскетбольные (на каждого ученика).
4. Палка гимнастическая (на каждого ученика).
5. Скакалка (на 5-6 человек).
6. Мат гимнастический (на 5-6 человек).
7. Рулетка.
8. Лыжи детские с креплением и палками (на 5-6 человек).
9. Кубики.
10. Кегли.
11. Секундомер.
12. Свисток.
13. Аптечка.

### **Литература**

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
3. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение. 1980г.

5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977; Баранцев, С.А., Береудин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1988.
6. Геллер, Е.М. Знакомьтесь: Спортландия. – М.: «Знание», 1989.
7. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. - М.: ВАКО 2004.
8. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия» , 2000.
9. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004.
10. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от одного года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
11. Чайцев, В.Г., Пронина, И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007.