

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ
(ФГОС НОО, 4 класс)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по курсу внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 4 класса общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную концепцию требований ФГОС НОО и раскрывает их реализацию через конкретное содержание.

При создании программы по спортивным играм учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для укрепления, поддержания здоровья и сохранения активного творческого долголетия.

В программе по спортивным играм нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания общего образования, внедрение новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

При формировании основ программы по спортивным играм использовались прогрессивные идеи и теоретические положения ведущих педагогических концепций, определяющих современное развитие отечественной системы образования:

- концепция духовно-нравственного развития и воспитания гражданина Российской Федерации, ориентирующая учебно-воспитательный процесс на формирование гуманистических и патриотических качеств личности учащихся, ответственности за судьбу Родины;

- концепция формирования универсальных учебных действий, определяющая основы становления российской гражданской идентичности обучающихся, активное их включение в культурную и общественную жизнь страны;

- концепция формирования ключевых компетенций, устанавливающая основу саморазвития и самоопределения личности в процессе непрерывного образования.

Общей целью общего образования по спортивным играм является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе для 10 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в

соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности.

Учебный курс «Спортивные игры» выполняет особую роль, так как обладает мощным развивающим потенциалом. Специфика курса состоит в том, что он строится на психологической и дидактической базе, которая является в среднем школьном возрасте необходимым звеном целостного процесса духовного, нравственного и физического развития.

Игра возникла на самой ранней стадии развития человеческого общества и во все времена была своеобразной школой, в которой дети получали физическую и духовную закладку, познавали окружающий мир, учились действовать и добиваться успехов. Эмоционально насыщенные, яркие и разнообразные по содержанию, игры социальны по своей сущности, так как отражают опыт человеческих отношений, формируют нравственность ребёнка и укрепляют его здоровье.

В играх познаются различные свойства предметов, разнообразные стороны жизни. При помощи игры ребята получают информацию. Она поступает к ним без насилия и нажима. Основными мотивами является интерес, положительные эмоции, сопровождаемые чувством радости.

Психология ребёнка такова, что он видит и переживает, отражается в его поступке, действии. Ребёнок постоянно стремится к деятельности, к общению, не имея возможности удовлетворить эту потребность в другой форме, кроме как в игре. Это - один из факторов, привлекающих детей к игре.

Разнообразные действия играющих оказывают благотворное влияние на сердечно – сосудистую, дыхательную опорно –двигательную, нервную и другие системы организма. Игры способствуют общему развитию и укреплению мышц, а также улучшению обмена веществ. Игры с элементами корригирующей гимнастики улучшают осанку. Наличие в играх движений способствует максимальной разгрузке центров головного мозга. Удовольствие, доставленное игрой, не только даёт отдых уставшему организму, нервной системе, но и активизирует жизнедеятельность, увеличивает работоспособность.

Учебный курс «спортивные игры» направлен на решение следующих задач:

- закрепление и повторение пройденного программного материала на уроках физической культуры, в изменённых условиях и ситуациях;
- повышение эмоционального тонуса детей;
- развитие умений взаимодействовать друг с другом;
- формирование навыков общения в коллективе сверстников;
- воспитание у детей уважения друг к другу в процессе игры.

Общее число часов, рекомендованных для изучения курса «Спортивные игры» , - 34 часа: в 4 классе-34 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4 КЛАСС

История физической культуры.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

История развития лыжного спорта. Физическое развитие человека.

Спортивные игры

Подготовка к занятиям лыжным спортом. Одежда спортсмена – лыжника. Физическое совершенствование. Лыжные гонки– техника лыжных ходов; спусков, подъемов, поворотов, торможений.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Самонаблюдение и контроль.

Общефизическая подготовка.

Кросс. Круговая тренировка. Бег по пересеченной местности. Имитационные упражнения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения курса «Спортивные игры» на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

Личностными результатами освоения учащимися содержания внеурочной программы по лыжной подготовке являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания внеурочной программы по лыжной подготовке являются следующие умения:

- 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания внеурочной программы по лыжной подготовке являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития лыжного спорта, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

- 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 занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- 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;
- выполнять технические действия лыжного спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. История физической культуры.					
1.1	История физической культуры	8			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
Итого по разделу		8			
Раздел 2. Спортивные игры					
2.1	Лыжные гонки	19			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
Итого по разделу		19			
Раздел 3. Общефизическая подготовка					
3.1.Кросс		7			
Итого		7			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	
		Всего	Контроль ные работы
1	История зарождения олимпийского движения в России.	1	
2	История зарождения олимпийского движения в России.	1	
3	Олимпийское движение в России (СССР).	1	
4	Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.	1	
5	История развития лыжного спорта.	1	
6	Физическое развитие человека.	1	
7	Подготовка к занятиях лыжным спортом.		
8	Одежда спортсмена – лыжника.	1	
9	Физическое совершенствование.	1	
10	Физическое совершенствование.	1	
11	Физическое совершенствование.	1	
12	Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.		
13	Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.		
14	Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.		
15	Лыжные гонки– техника лыжных ходов.		
16	Лыжные гонки– техника лыжных ходов.		
17	Лыжные гонки– техника лыжных ходов.		
18	Лыжные гонки– техника лыжных ходов.	1	
19	Лыжные гонки– техника спусков, подъемов.	1	

20	Лыжные гонки– техника спусков, подъемов.	1	
21	Лыжные гонки– техника спусков, подъемов.	1	
22	Лыжные гонки– техника спусков, подъемов.	1	
23	Лыжные гонки– техника поворотов.	1	
24	Лыжные гонки– техника поворотов.	1	
25	Лыжные гонки– техника торможений.	1	
26	Лыжные гонки– техника торможений.	1	
27	Популярность лыжных гонок в России.	1	
28	Кросс. Круговая тренировка.	1	
29	Кросс. Круговая тренировка.	1	
30	Имитационные упражнения.	1	
31	Имитационные упражнения.	1	
32	Имитационные упражнения.	1	
33	Бег по пересеченной местности.	1	
34	Подвижная игра.	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Авдеев, А.А. Построение тренировочного процесса лыжников-спринтеров массовых разрядов в подготовительном периоде годового цикла: дис. канд. пед. наук. / А.А. Авдеев. – СПб. – 2007. – 178 с. – Текст: непосредственный.
2. Аникин, Н. П. Лыжные гонки: настольная книга / Н.П. Аникин. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 72 с. – Текст: непосредственный.
3. Барчуков, И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория и практика: учебное пособие / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. – М.: Академия, 2006. – 528 с. – Текст: непосредственный.
4. Брянкин, С.В. Отбор и ориентация спортсменов: автореф. дис. канд. пед. наук / С.В. Брянкин. – Малаховка, 2002. – 22 с. – Текст: непосредственный.
5. Букреев, А.А. Возрастные особенности циклических движений детей и подростков: учеб. пос. / А.А. Букреев, В.М. Волков, В.П. Филин. – М.: Спортивный отбор. – 2003. – 176 с. – Текст: непосредственный.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Российская электронная школа. <https://resh.edu.ru/>

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

Спортивно-оздоровительное направление создает условия для полноценного физического и психического здоровья ребенка, помогает ему освоить гигиеническую культуру, приобщить к здоровому образу жизни, формировать привычку к закаливанию и физической культуре.

Формы:

- Игра
- Соревнование
- Практика
- Приём нормативов, выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и специфических для лыжника.
- Беседа, дискуссия.

Приложение к рабочей программе

«Формы учета рабочей программы воспитания»

1. Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:

— обращение внимания на нравственные аспекты научных открытий, которые изучаются в данный момент на уроке; на ярких деятелей культуры, ученых, политиков, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков;

— использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы.

2.Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих текстов для чтения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе, объектов для выполнения.

3.Инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам, произведениям искусства.

4.Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

5.Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.

6.Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.

7.Выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания:

- методы контроля и самоконтроля,
- методы самовоспитания,
- методы поощрения,
- методы формирования сознания,
- методы убеждения.

8.Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме организации групповых и индивидуальных исследований (мини-исследований), включение в урок различных исследовательских заданий и задач, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

9.Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402883

Владелец Михайленко Алла Сергеевна

Действителен с 22.01.2025 по 22.01.2026