

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 131», г. Барнаула

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 10 от 25.08.2023

Утверждено
приказом директора
№ 02-02/333-осн от 31.08.2023



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные и спортивные игры»
для 4 класса
начального общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Ложечко Д.В.,
учитель физической культуры
первой квалификационной категории

Барнаул, 2023

І.Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями № 273-ФЗ от 29.12.12;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования;
- Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «Гимназия № 131»;
- Положением о рабочих программах МБОУ «Гимназия № 131»
- Годовым календарным учебным графиком;
- Планом внеурочной деятельности МБОУ «Гимназия №131»;
- Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности

Курс внеурочной деятельности «Подвижные и спортивные игры» продолжает реализацию учебного плана МБОУ «Гимназия №131» при освоении учебного предмета «Физическая культура» для 1-4 классов.

При создании программы курса внеурочной деятельности учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В курсе внеурочной деятельности нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности МБОУ «Гимназия №131» г. Барнаула, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

1.2. Цели и задачи курса

Целью курса внеурочной деятельности «Подвижные и спортивные игры» является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация курса внеурочной деятельности «Подвижные и спортивные игры» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

1.3. Место курса в учебном плане

Согласно плану внеурочной деятельности гимназии программа рассчитана в 4 классе 1 час в неделю, 34 часа в год.

1.4. Отличительные особенности рабочей программы курса

Тематическое планирование составлено самостоятельно. Содержание занятий ориентировано на примерную рабочую программу начального общего образования. Физическая культура.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Баскетбол, волейбол, футбол

Тема «Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми» (учебный диалог, иллюстративный материал, видеоролик):

обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях подвижными и спортивными играми.

разучивают правила подвижных игр, способы организации и подготовку мест проведения;

совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия из подвижных игр;

Волейбол

Тема «Технические действия игры волейбол» (учебный диалог, образец учителя, иллюстративный материал, видеоролики):

наблюдают и анализируют образец нижней боковой подачи, обсуждают её фазы и особенности их выполнения;

выполняют подводящие упражнения для освоения техники нижней боковой подачи:

нижняя боковая подача без мяча (имитация подачи);

нижняя боковая подача в стенку с небольшого расстояния;

выполняют нижнюю боковую подачу по правилам соревнований;

наблюдают и анализируют образец приёма и передачи мяча сверху двумя руками, обсуждают её фазы и особенности их выполнения;

приём и передача мяча двумя руками сверху через волейбольную сетку.

Баскетбол

передача и приём мяча двумя руками сверху над собой, стоя и в движении;

передача и приём мяча двумя руками сверху в парах;

выполняют подачу, приёмы и передачи мяча в условиях игровой деятельности.

Тема «Технические действия игры баскетбол» (учебный диалог, образец учителя, иллюстративный материал, видеоролики):

наблюдают и анализируют образец броска мяча двумя руками от груди, описывают его выполнение с выделением основных фаз движения;

выполняют подводящие упражнения и технические действия игры баскетбол:

стойка баскетболиста с мячом в руках;

бросок баскетбольного мяча двумя руками от груди (по фазам движения и в полной координации);

бросок мяча двумя руками от груди с места после его ловли;

выполнение броска мяча двумя руками от груди с места в условиях игровой деятельности.

Футбол

Тема «Технические действия игры футбол» (учебный диалог, образец учителя, иллюстративный материал, видеоролики):

наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения;

разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи;

разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки;

выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности
выполняют подводящие упражнения для освоения техники приёма и передачи мяча
сверху двумя руками:

3. Планируемые образовательные результаты

Личностные результаты

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные и спортивные игры» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании **четвёртого года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;

объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;

оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты

К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:

осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом; характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой;

проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

Оценка достижений планируемых результатов

Обучение ведется на безотметочной основе.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

степень помощи, которую оказывает учитель учащимся при выполнении заданий;

поведение детей на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты.

4. Тематическое планирование курса

4 класс, 1 ч/неделю, всего 34 часа.

№ п/п	Названия разделов, тем	Кол-во часов	Виды деятельности (по выбору учителя)	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
1	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	Беседа на этическую тему	Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности; побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками
2	Волейбол Нижняя боковая подача, фазы и особенности их выполнения	2	Беседа на этическую тему, коллективная игра	
3	Упражнения для освоения техники нижней боковой подачи	2	Беседа на этическую тему, коллективная игра	
4	Нижняя боковая подача без мяча (имитация подачи);	2	Беседа на этическую тему, коллективная игра	
5	Нижняя боковая подача в стенку с небольшого расстояния	2	Беседа на этическую тему, коллективная игра	
6	Нижняя боковая подача по правилам соревнований	2	Беседа на этическую тему, коллективная игра	

7	Приём и передача мяча сверху двумя руками, фазы и особенности их выполнения	2	Беседа на этическую тему, коллективная игра	(школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
8	Игра «Волейбол»	2	Коллективная игра	привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией –
9	Игра «Пионербол»	2	Коллективная игра	
10	Игра «Лапта»	2	Коллективная игра	
11	Баскетбол Передача и приём мяча двумя руками сверху в парах	1	Беседа на этическую тему, коллективная игра	инициирование ее
12	Бросок мяча двумя руками от груди	1	Коллективная игра	обсуждения, высказывания
13	Передача и приём мяча двумя руками сверху над собой, стоя и в движении	2	Коллективная игра	учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
14	Бросок мяча двумя руками от груди с места после его ловли	2	Коллективная игра	использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
15	Выполнение броска мяча двумя руками от груди с места в условиях игровой деятельности.	1	Познавательная беседа, групповая игра	
16	Спортивное соревнование команд	2	Групповая игра	
17	Футбол Техника остановки катящегося футбольного мяча, особенности выполнения	2	Познавательная беседа, групповая игра	применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; работы в парах, которые учат школьников взаимодействию с другими детьми;
18	Удар по мячу с двух шагов, после его остановки	2	Познавательная беседа, групповая игра	
19	Технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	2	Познавательная беседа, групповая игра	

				<p>организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи</p>
--	--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

