

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

  
«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ №2  
*Г.В.Шевцова*  
Г.В.Шевцова  
Приказ № 225 от 30.08.2017 г.

**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности.  
«Спортивные игры»  
4 класс**

**Количество часов: 34** часа /1 час в неделю/

**Учитель:** Меркулова Наталья Владимировна

**г.Константиновск  
2017-2018 учебный год.**

### **3.2 Пояснительная записка**

#### **Нормативные документы**

Рабочая программа внеурочного курса «Спортивные игры» для 4 класса составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения.
2. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г.
3. Примерной основной образовательной программы Начальная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — 4е изд., перераб. — М. : Просвещение, 2013. — 223 с. — (Стандарты второго поколения)
4. Образовательной программы МБОУ СОШ №2 на 2017-2018 учебный год.
5. Учебного плана МБОУ СОШ №2 на 2017-2018 учебный год.
6. Закона РФ «Об образовании в РФ» Статья 79. Дополнительное образование детей и взрослых.
7. Сборника программ внеурочной деятельности: 1-4 классы / под ред. Н.Ф. Виноградовой. - М.: Вентана-Граф, 2012.

#### **Локальные акты:**

1. Устав МБОУ СОШ № 2 (утверждён Управлением образования администрации города Константиновска)
2. Положение о дополнительном образовании.
3. Приказ о внеурочной деятельности.
4. Инструкции по технике безопасности .
5. Изменения к Основной Образовательной программе начального общего образования и основного общего образования МБОУ СОШ № 2 на 2017-2018 учебный год.

#### **Общая характеристика внеурочного курса.**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности.

#### **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:**

- оптимизировать двигательную активность младших школьников на переменах и во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. В Конвенции по правам ребёнка прописаны его законные права – право на здоровый рост и развитие.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить учащегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

**Актуальность программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий.

Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

### Место курса в учебном плане

По программе на данный курс внеурочной деятельности отводится 34 часа. Согласно плану работы МБОУ СОШ № 2 на 2017-2018 учебный год на изучение курса в 4 классе выделяется 34 часа (1 час в неделю).

### 3.3 Содержание внеурочного курса

№ п/п	Раздел курса	Основное содержание	Виды деятельности обучающихся
1	История возникновения спортивных игр	Когда появился спорт, какое было развитие спорта и что значит слово спорт для жителей нашей	Построение алгоритма (совместно с учителем) правил поведения при любой спортивной

	игр. Правила игр. Техника безопасности в играх.	планеты? Игры наших бабушек и дедушек. Правила спортивных игр. ТБ в играх.	игре и соблюдении ТБ. Участие в играх наших бабушек и дедушек: «Лапта», «Чехарда», «Казачи-разбойники», «Мушкетеры», «Городки», «Съедобное-несъедобное».
2	Спортивные игры — высшая ступень развития подвижных игр. Виды спортивных игр.	Игра — исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игра-средство самопознания, развлечения, отдыха, средство физического и общего социального воспитания, средство спорта. Игры являются сокровищницей человеческой культуры. Спортивные игры — высшая ступень развития подвижных игр. Спортивная игра-осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Творческая инициатива играющего. Разнообразие действий, согласованных с коллективными действиями.	Участие в подвижных играх. Придумывание игр. Просмотр видеофильмов. Участие в игровой программе. Участие в спортивных играх: «Кто подходил», «Салки», «Догони меня», «Вызов номеров». «День и ночь».
3	В здоровом теле здоровый дух.	Основы спортивной тренировки. Физическое и духовное здоровье человека. Здоровый образ жизни - залог счастливой жизни. Спорт - гармония разума и силы. Пагубное влияние алкоголя и табака на организм. В плену у наркотиков. Забота о здоровье - долг каждого из нас. Спорт - это труд.	Подготовка сообщений о здоровом образе жизни. Просмотр видеофильмов. Участие в игровой программе. Участие в подвижных играх. Участие в спортивных играх: «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Горелки», «Прыгающие воробушки», «Летает, не летает». Участие в дистанционных конкурсах и олимпиадах.

### График прохождения программного материала.

№	Раздел	Кол-во часов	Сроки прохождения	Практическая часть
1	История возникновения спортивных игр. Правила игр. Техника безопасности в играх.	9	06.09-01.11	9
2	Спортивные игры — высшая ступень развития подвижных игр. Виды спортивных игр.	6	15.11-20.12	6
3	В здоровом теле здоровый дух.	19	27.12-23.05	19
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>		<b>34</b>

### 3.4 Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата	
			план	факт
<b>История возникновения спортивных игр. Правила игр. Техника безопасности в играх.(9 ч)</b>				
1	1	Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Игры: «Кто подходил», «Салки»	06.09	
2	1	История возникновения спортивных игр. Игры: «Здравствуйте», «Догони меня»	13.09	
3	1	Когда появился спорт, какое было развитие спорта и что значит слово спорт для жителей нашей планеты? Игры: «Вызов номеров». «День и ночь»	20.09	
4	1	Требования к одежде для занятий. Построение в колонну по одному и в шеренгу; приставные шаги. Игра «Запрещенное движение», прыжки на скакалке	27.09	
5	1	Игры наших бабушек и дедушек. «Лапта», «Чехарда».	04.10	
6	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Перестроение по звеньям; упражнения в равновесии. Игра «К своим флажкам», игра «Горелки», упражнения с обручем	11.10	
7	1	Игра «К своим флажкам», игра «Горелки», упражнения с обручем	18.10	
8	1	Повороты направо, налево; упражнения в равновесии. Игры: «Пятнашки», «Кто ушел».	25.10	
9	1	Разучивание считалочек Игра: «Кто ушел»	01.11	
<b>Спортивные игры — высшая ступень развития подвижных игр. Виды спортивных игр.(6 ч)</b>				
10	1	Игра — исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственной человеку. Игры «Прыгающие воробушки», «Летает, не летает», игры с мячом	15.11	
11	1	Игры «Прыгающие воробушки», «Летает, не летает», Игра- средство самопознания, развлечения, отдыха, средство физического и общего социального воспитания, средство спорта.	22.11	
12	1	Игры «Зайцы в огороде», «Фигуры». Признаки правильного бега. Прыжки в длину с места;	29.11	
13	1	Медленный бег. Игры «Зайцы в огороде», «Фигуры». Прыжки с поворотом Бег на время Игра « Прыгающие воробушки»	06.12	
14	1	Спортивная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях.	13.12	

15	1	«Кто быстрее встанет в круг» «Гуси- лебеди»	20.12	
<b>В здоровом теле здоровый дух.(19 ч)</b>				
16	1	Динамическая прогулка» Солнце, воздух и вода!» Игра «Самурай, принцесса и дракон»	27.12	
17	1	Игра «Самурай, принцесса и дракон» Основы спортивной тренировки.	10.01	
18	1	Игровая программа «Волшебница гигиена» Просмотр видеофильма	17.01	
19	1	Физическое и духовное здоровье человека. Эстафеты с мячом.	24.01	
20	1	Учимся играть в футбол. Эстафеты с мячом.	31.01	
21	1	Здоровый образ жизни - залог счастливой жизни. Игры: «Лисы и куры» «Метко в цель», «Сороконожка»	07.02	
22	1	Спорт - гармония разума и силы.Игры: «Метко в цель», «Сороконожка» Игра«Зайцы в огороде»	14.02	
23	1	Игры «Лисы и куры». «У медведя во бору», «Попади в цель»	21.02	
24	1	Видеофильм «Здоровье – в твоих руках!»	28.02	
25	1	Пагубное влияние алкоголя и табака на организм.	07.03	
26	1	Спортивные соревнования «Весёлые старты», Игра «Жмурки», «Третий лишний»	14.03	
27	1	Забота о здоровье - долг каждого из нас. Игра «Быстро шагай!».	21.03	
28	1	Ступающий шаг. Игры «К своим флажкам», «Великаны и гномы».	04.04	
29	1	Значение физических занятий зимой.Укрепления здоровья. Ступающий шаг. П/и «Прыгающие воробушки», «Передал-садись»,лепка снежных фигур	11.04	
30	1	«Передал- садись»,лепка снежных фигур	18.04	
31	1	Динамическая прогулка «Путешествие в зимний лес»	25.04	
32	1	Техника безопасности на занятиях зимней физической подготовкой. Скользящий шаг. «Пятнашки», «Где звучит?», Игра в снежки	02.05	
33	1	Скользящий шаг. Игры «Два мороза», «Музыкальные змейки».	16.05	
34	1	Спорт - это труд.	23.05	

### 3.5 Планируемые результаты освоения курса и система оценки.

**Личностные результаты:** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;

— оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты:** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни 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;

— использовать различные способы поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

**Предметные результаты:** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— ориентироваться в ассортименте инвентаря, сознательно выбирая наиболее правильные для игр;

— оценивать свою физическую форму с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— применять знания и навыки, , установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.