

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя
общеобразовательная школа № 26 города Сызрани городского округа
Сызрань Самарской области

Рассмотрена на заседании
методического объединения
учителей начальных классов
Протокол №1
от 29.08.2022

Проверена
Заместитель директора по
учебно-методической работе
_____ Шалютина Н.А.

Утверждена
Приказом №260
от 29.08.2022 г.
Директор ГБОУ СОШ №26
г.Сызрани
_____ Т.С.Стягова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Спортивные игры на свежем воздухе»

3 класс

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры на свежем воздухе» составлена на основе Методического конструктора «Внеурочная деятельность школьников», Григорьев Д.В., Степанов П.В. М. Просвещение, 2011 г.

В Учебном плане ГБОУ СОШ №26 г. Сызрани на изучение курса «Спортивные игры на свежем воздухе» в 3 классах отводится – 1 часа в неделю, что составляет 34 часа в год.

1. Личностные и метапредметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями об основах организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлении содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- 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;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применение их в игровой и спортивной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.
- 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.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- осознание необходимости обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- способность видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- способность оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- овладение способностью управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

2. Содержание курса

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Основы знаний (в течении уроков)

- правила организация спортивной игры;
- терминология избранной игры;
- основы правильной техники элементов игры;
- поведение игроков в нападении и защите;
- законы спортивного благополучия.

Спортивные игры.

Футбол:

- основные элементы стоек, передвижений, остановок, поворотов;
- остановка и удары по мячу;
- ведения мяча;
- обманные движения;
- отбор мяча;
- вбрасывание мяча;
- удары по воротам;
- техника игры вратаря;
- индивидуальная техника защиты;
- техника владения мячом;
- тактика игры в нападении и защите.

Волейбол:

- основные элементы передвижений, остановок, стоек;
- техника нападения;
- подача мяча;
- нападающие удары;
- прием и передача мяча;
- техника защиты;
- тактика игры в нападении и защите;
- пионербол – двухсторонняя игра

Баскетбол:

- основные элементы техники стоек и передвижений;
- ловля и передача мяча;
- ведением мяча;
- броски мяча в кольцо;
- техника нападения и защиты, владения мячом

4 класс

№	Название раздела	Кол-во часов
1.	Баскетбол	7
2.	Пионербол	6
3.	Футбол	6
4.	Бадминтон	6
5.	Русская лапта	6
6.	Подвижные игры и эстафеты	3
	Всего	34